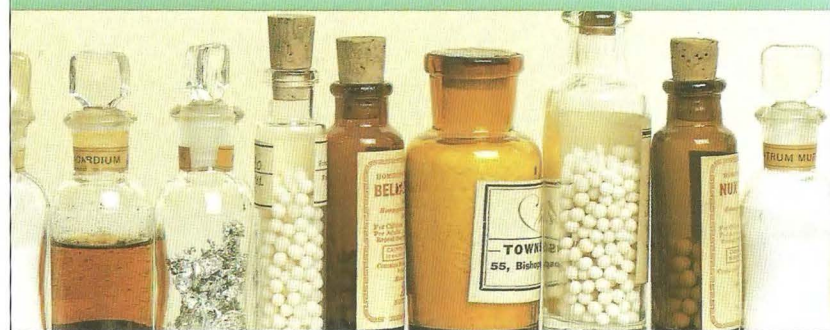




HOMEOPATIA

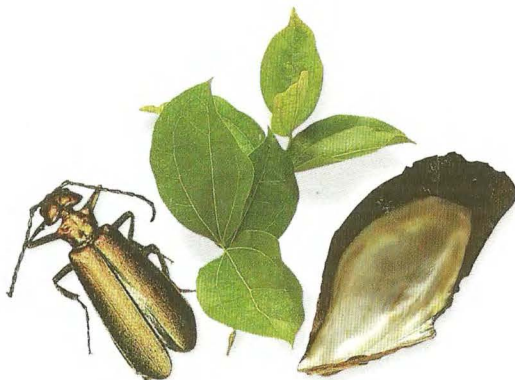




101
INFORMAȚII ESENȚIALE
101

HOMEOPATIA

Dr. Andrew Lockie



București, 2003



A Dorling Kindersley Book

Editura **VOX CART**

Str. Petru Maior, nr. 32

Sector 1, București, România

Tel.: 222.02.14

Tel./Fax: 222.02.13

E-mail: edituravox@hotmail.com

www.vox.go.ro

© 1996 Dorling Kindersley Limited, London

© 2002 Editura VOX CART

Toate drepturile rezervate. Nici o parte a acestei lucrări nu poate fi reprodusă, stocată într-un sistem de date sau transcrisă în vreo formă sau pe vreo cale (electronică, mecanică, fotocopiere etc.) fără permisiunea scrisă a deținătorului de copyright.

*Titlul original: **Homeopathy***

Traducere din limba engleză: **Răzvan Ionescu**

Tehnoredactare: **Radu Araiman**

Corectură: **Virgil Sterian**

Ediție îngrijită de **Lucia Ovezee**

ISBN: 973-85981-7-6

101 INFORMAȚII ESENȚIALE



PAGINILE 8-9

SĂ ÎNȚELEM HOMEOPATIA

- 1Ce este homeopatia?
- 2Originile homeopatiei
- 3Homeopatia modernă
- 4Comparație cu medicina
ortodoxă

PAGINILE 10-13

HOMEOPATIA ÎN ACȚIUNE

- 5 Forța vitală
- 6Autotratamentul
- 7Găsirea unor homeopați calificați
- 8Consultarea unui homeopat
- 9Sursele remediilor
- 10Modul de preparare a remediilor
- 11Potența remediilor

PAGINILE 14-17

EVALUAREA STĂRII DE SĂNĂTATE

- 12Tipuri homeopatice
- 13Efectele dietei
- 14Exercițiul zilnic
- 15Factorii de mediu
- 16Importanța somnului
- 17Combaterea stresului



PAGINILE 18-21

REMEDII DE ORIGINE ANIMALĂ

- 18Apis/albina
- 19Cantharis/musca spaniolă
- 20Lachesis/vipera
- 21Sepia
- 22Tarantula/păianjenul lup

REMEDII DE ORIGINE VEGETALĂ

- 23.....Aconita/omeag
- 24.....Allium/ceapa
- 25.....Arnica
- 26.....Belladona/mătrăguna
- 27.....Bryonia
- 28.....China
- 29.....Cimic
- 30.....Colocynthis/mărul amar
- 31.....Drosera/roua cerului
- 32.....Euphrasia
- 33.....Gelsemium/iasomia galbenă
- 34.....Hamamelis/alunul vrăjitoarei
- 35.....Hypericum/iarba sf. Ioan
- 36.....Ignatia/bobul sf. Ignatius
- 37.....Ipecac./ipeca
- 38.....Ledum/rozmarinul sălbatic
- 39.....Lycopodium/pedicuța
- 40.....Nux vomica/nucă vomică
- 41.....Pulsatilla/dedițel
- 42.....Rhus tox./iedera
- 43.....Ruta grav./virnanț
- 44.....Thuja/tuia
- 45.....Urtica/urzica mică



REMEDII DE ORIGINE MINERALĂ

- 46.....Argent. nit./nitrat de argint
- 47.....Arsen. alb./arsenic
- 48.....Aurum met./aur
- 49.....Calc. carb.
- 50.....Calc. phos./ fosfat de calciu
- 51.....Carbo veg./cărbune de lemn
- 52.....Cuprum met./cupru
- 53.....Ferrum phos./fier
- 54.....Graphites/grafit
- 55.....Hepar sulph./sulfură
de calciu
- 56.....Kali bich./bicromat
de potasiu
- 57.....Kali phos./fosfat
de potasiu
- 58.....Merc. sol./mercur
- 59.....Natrium mur./ sare gemă
- 60.....Phos./fosfor
- 61.....Silicea/cristal de stâncă
- 62.....Sulf

UTILIZAREA REMEDIILOR

- 63.....Instrucțiuni esențiale
- 64.....Depozitarea remediilor
homeopatice
- 65....Obținerea unui beneficiu maxim
- 66.....Doza corectă

PAGINILE 48-55

AFEȚIUNI MINORE

- 67Dureri musculare
- 68Dureri osteoarticulare
- 69Cefalee și migrene
- 70Mahmureală
- 71Dinți, gură și gingii
- 72Otalgie
- 73Afețiuni oculare
- 74Febra fânului și alte alergii
- 75Alopecia
- 76Afețiuni cutanate
- 77Probleme hormonale

PAGINILE 56-59

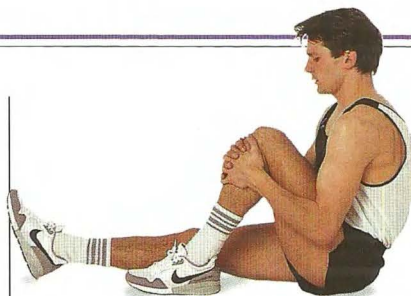
TUSE ȘI RĂCELI

- 78Răceala și gripa
- 79Catar și sinuzită
- 80Tusea
- 81Afețiuni laringo-faringiene

PAGINILE 60-61

PROBLEME EMOȚIONALE

- 82Anxietate și stres
- 83Furie
- 84Oboseală și insomnie
- 85Șoc emoțional
- 86Depresie



PAGINILE 62-64

AFEȚIUNI DIGESTIVE

- 87Indigestie
- 88Balonare și gaze
- 89Greață și vărsături
- 90Diaree și constipație
- 91Tulburări urinare

PAGINILE 65-69

PRIMUL AJUTOR

- 92Trusa de prim ajutor
- 93Plăgi și zgârieturi
- 94Arsuri și opăriri
- 95Înțepături de insecte
- 96Hemoragii nazale
- 97Insolație
- 98Rău de călătorie
- 99Întinderi și entorse
- 100Vezicule
- 101Răni produse de așchii

PAGINILE 70-71

INDEX

SĂ ÎNȚELEM HOMEOPATIA

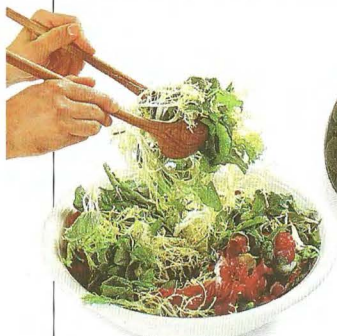
1 Ce este homeopatia?

Homeopatia este o formă holistică de medicină, în care diagnosticul ia în considerare caracteristicile fizice și emoționale individuale ale pacientului. Remediile, alese să corespundă cât mai bine posibil simptomelor, pot fi diferite pentru pacienți cu aceeași afecțiune. Ele impulsionează organismul să se ajute singur. Homeopatia pune accentul pe prevenire și pe implicarea persoanei în propriul tratament. Homeopații clasifică indivizii în tipuri constituționale pentru a găsi remediile cele mai potrivite pentru fiecare.



△ Factori generali

Condițiile meteorologice, anotimpurile, temperatura și momentul zilei pot avea efect asupra sănătății fizice și mentale.



△ Preferințele alimentare

Alimentele care îi plac sau displac unui individ sunt o parte importantă a evaluării tipului său constituțional.



△ Fobiile

Sunt luate în considerare fobiile obiective, cum ar fi frica de șerpi, dar și cele subiective, ca frica de eșec.



△ Personalitate

Oamenii sunt clasificați în funcție de caracteristicile lor emoționale, cum ar fi optimismul sau iritabilitatea.



2 Originile homeopatiei

2 Doctorul german Samuel Hahnemann a fondat homeopatia la sfârșitul secolului 18. El credea că ceea ce provoacă boala poate să o și vindece, dacă e administrat în doze mici. El și-a demonstrat teoria administrându-și chinină, medicamentul pentru malarie, după care a dezvoltat simptome asemănătoare malariei. Principiul „ce a cauzat boala o și vindecă”, postulat de Hipocrat în secolul 5 î.Hr. rămâne principiul central al homeopatiei.



▽ Belladonna

Hahnemann a utilizat belladonna, care este otrăvitoare, pentru a vindeca scarlatina.

3 Homeopatia modernă

3 Hahnemann a inventat un mod de a dilua remediile prin care acestea acționau mai rapid și mai eficiente decât o soluție concentrată. Această metodă, cunoscută ca sucusiune, implică agitarea viguroasă a remediului. Potența unui remediu este corelată cu diluția sa.

Discipolii săi de mai târziu au identificat anumite tipuri constituționale, pe baza observației că oamenii cu personalități și forme ale corpului similare au tendința de a suferi de aceleași tipuri de boli.

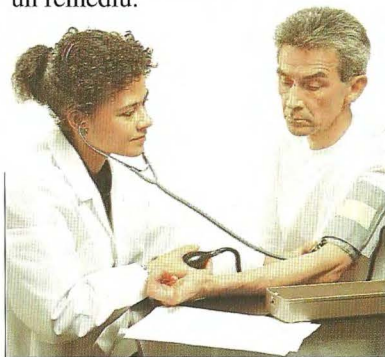
Remedii ▷

Disponibile cel mai des sub forma tabletelor de lactoză, remediile moderne se găsesc și în formă lichidă sau ca unguente.



4 Comparație cu medicina ortodoxă

În medicina ortodoxă se tratează mai curând boala decât persoana ca întreg sau simptomele sale posibil unice. Homeopatia ia în considerare cauzele ascunse, precum și simptomele bolii, înainte de a prescrie un remediu.



△ Tratarea simptomelor

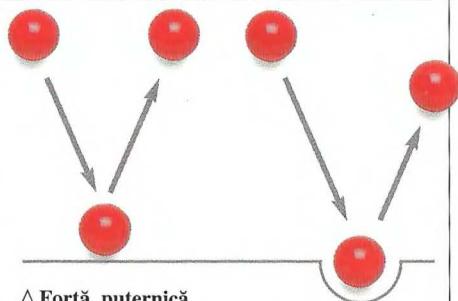
În medicina ortodoxă (clasică, alopata) se tratează mai degrabă boala decât individul însuși.



HOMEOPATIA ÎN ACȚIUNE

5 Forța vitală

Hahnemann a denumit energia proprie de vindecare a organismului „forță vitală”, aceasta fiind cea care ajută ca infime cantități din remediu să producă vindecarea. În caz de stres, dietă inadecvată sau în lipsa efortului fizic, forța nu poate menține organismul sănătos și atunci apare boala. Simptomele bolii sunt manifestările externe ale tentativei forței vitale de a corecta dezechilibrul și de a restaura ordinea.



Δ Forță puternică

O forță vitală puternică îndepărtează rapid stresul, organismul se recuperează rapid, menținându-și sănătatea.

Δ Forță slabă

Dacă forța vitală este slabă, organismul nu are energia necesară pentru a lupta cu boala.



Remediul bach

Această tinctură este un bun remediu pentru anxietate sau panică, nervozitate și tremurături.

6 Autotratamentul

Autoprescrierea de remedii homeopatice este o metodă simplă și eficientă pentru tratarea majorității tulburărilor acute minore, cum ar fi o răceală sau în primul ajutor după accidente. Revenirea afecțiunii sau persistența simptomelor poate fi un indiciu al unei boli cronice. Aveți nevoie de ajutorul unui profesionist, iar dacă homeopatul dumneavoastră nu are pregătire medicală este bine să cereți sfatul medicului curant. Menținerea unui stil de viață sănătos, combaterea stresului și adoptarea unei atitudini emoționale pozitive joacă un rol important în prevenirea bolii.

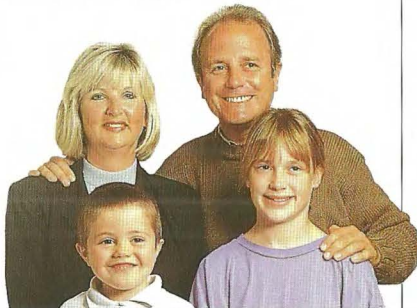


7 Găsirea unor homeopați calificați

Popularitatea crescândă a homeopatiei a ușurat mult alegerea unui practician. Multe țări de pe glob consideră acum homeopatia ca o alternativă viabilă la medicina ortodoxă și preparatele farmaceutice. Practicarea homeopatiei a crescut în India, unele țări din Europa (în special Marea Britanie, Germania și Franța), Canada și SUA, Australia și America de Sud. Dacă nu puteți găsi un homeopat printr-o recomandare personală, organismele naționale de reglementare ar trebui să furnizeze o listă cu homeopații din zonă.

8 Consultarea unui homeopat

La prima consultație veți fi încadrat într-un tip constituțional prin evaluarea aspectului, simptomelor, preferințelor alimentare, fobiilor și stilului de viață.



Homeopatia poate ajuta întreaga familie

9 Sursele remediilor

Remediile sunt extracte vegetale, animale sau minerale. Sursele variază de la venin toxic de șarpe, la alimente ca ovăzul sau ceapa. Unele surse au fost utilizate nedi-

luate timp de mulți ani în medicina alopată sau naturistă și s-a dovedit utilitatea lor homeopatică prin principiul conform căruia cele asemănătoare se vindecă reciproc.

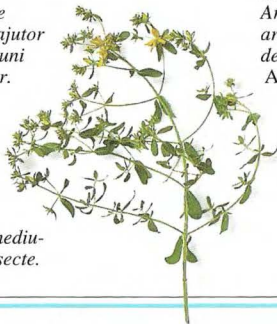
Vegetale ▷

Iarba Sf. Ioan este utilizată ca prim ajutor pentru leziuni ale nervilor.



△ Animale

Albinele ajută la prepararea remediei Apis, pentru înțepături de insecte.



Minerale ▷

Arsenopirita furnizează oxidul de arsen, din care derivă remediul Arsen alb.





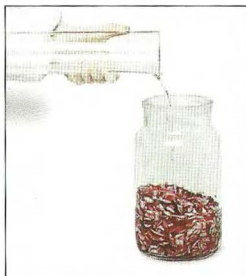
10 Modul de preparare a remediilor

Prepararea remediilor este un proces foarte exact. Materia primă este dizolvată în nouă părți alcool și o parte apă distilată, lăsată să stea câteva zile și amestecată ocazional. Această mixtură este apoi filtrată, rezultând un lichid

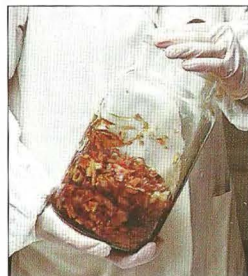
denumit „tinctură mamă”. Pentru prepararea remediului, tinctura este diluată repetat într-un amestec de alcool/apă. După fiecare diluare, tinctura este agitată puternic. Picături din această tinctură sunt apoi adăugate în tablete.



1 Ceapa proaspătă este spălată minuțios și se îndepărtează partea externă înainte de a fi tăiată în bucăți mari.



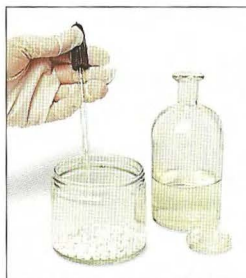
2 Ceapa tăiată se pune într-un borcan mare de sticlă cu închidere ermetică. Peste ea se toarnă un amestec de alcool/apă.



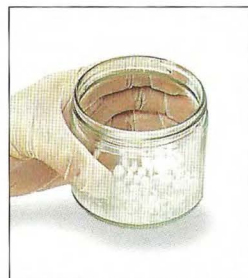
3 Borcanul este închis ermetic și se lasă astfel timp de patru săptămâni, agitându-se ocazional conținutul.



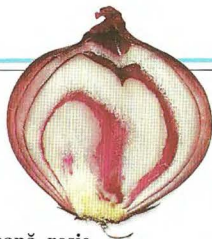
5 O picătură din „tinctura mamă” se adaugă la 99 picături de amestec alcool/apă și apoi se agită viguros.



6 Mixtura este agitată și diluată repetat. Picăturile din remediul potențat sunt adăugate tabletelor de lactoză.

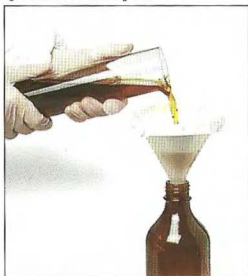


7 Tabletele de lactoză sunt la rândul lor agitate pentru a fi siguri că fiecare tabletă este impregnată cu remediul potențat.



Ceapă roșie

O tinctură de ceapă roșie reprezintă baza pentru remediul Allium, al cărui mod de preparare este prezentat mai jos.



4 Lichidul rezultat este apoi filtrat și această „tinctură mamă” este apoi turnată într-o sticlă brună.

Tabletele de lactoză sunt impregnate cu remediul.



8 Tabletele sunt apoi plasate într-o sticlă brună închisă ermetic și trebuie depozitate la adăpost de lumină.

11 Potența remediilor

Potența unui remediu descrie diluția sau tăria sa și poate fi măsurată pe două scale. În scala zecimală (x) factorul de diluție reprezintă o parte de tinctură la zece părți alcool, în timp ce în scala centezimală (c) este de 1 la 100. Numărul de pe un remediu indică de câte ori a fost diluat și sucusionat.



Tărie 3c

Acest remediu a fost diluat și sucusionat de numai trei ori.



Tărie 6c

Acest remediu a fost diluat și sucusionat de numai șase ori.



Tărie 12c

O parte de tinctură la o sută de părți alcool și apă, sucusionat de 12 ori.



Tărie 30c

Acest remediu a fost diluat de 30 ori, ceea ce îl face cel mai puternic remediu prezentat aici.



EVALUAREA STĂRII DE SĂNĂTATE

12 Tipuri homeopatice

Un practician homeopat colectează informații despre condiția fizică a pacientului, despre statusul mental și emoțional și viața sa în general. Adaptările unice ale unui individ la propriul mediu și idiosincraziile sale sunt acceptate și respectate ca făcând parte din personalitatea sa. Fiecare persoană este privită ca produsul stării de bine sau de boală fizică și mentală, al moștenirii genetice și al experienței zilnice. Prin încadrarea oamenilor în tipuri pe baza constituției lor, homeopații experimentați găsesc remediul potrivit pentru fiecare persoană. Numele dat (tipului) este cel al remediului care se potrivește cel mai bine.



△ Evaluarea tipului homeopatic

În pofida naturii individuale a evaluării și tratamentului homeopatic, oamenii sunt grupați în funcție de caracteristicile fizice, mentale și emoționale.

Argent. nit.

Persoanele aparținând acestui tip sunt active: gândesc, vorbesc și acționează rapid. Sunt extrovertite, vesele și impresionabile, dar sunt predispuse la nervozitate sau anxietate. Punctele slabe sunt digestia sensibilă, nervii și mucoasele.

Arsen. alb.

Aceștia sunt indivizi neliniștiți, tensionați și ambițioși, perfecționiști prin natura lor și care nu tolerează dezordinea. Pesimiști, au nevoie de susținere constantă. Boala produce rapid epuizare fizică și mentală; punctele slabe includ tracturile respirator și digestiv.

Calc. carb.

Liniștiți, precauți și foarte sensibili. Acest tip apare din afară ca puternic și stoic. În general sunt sănătoși, dar în caz de boală devin depresivi și introspectivi. Pot prezenta obsesii. Punctele slabe sunt oasele, dinții, intestinalele și pielea.

Grafit

Acest tip este anxios, timid și indecis. Indivizii reacționează lent la stimulii externi și sunt predispuși la tulburări de dispoziție. Cu o orientare mai mult fizică decât intelectuală, punctele lor slabe sunt în special pielea și metabolismul.

Silicea

Aceste tipuri sunt tenace și încăpățănate, totuși par fragile și sensibile. Nu au rezistență fizică și mentală și pot fi obsedate de detalii. Perspectiva lor este limitată de teama unui eșec. Punctele slabe includ sistemele digestiv și nervos.

Sepia

În principal femeii, tipurile sepia tind să adopte un rol de martir. Sunt dogmatice și urăsc să fie contrazise. Sunt independente, totuși se pot simți copleșite de propriile responsabilități. Tipul sepia este legat în principal de afecțiunile hormonale.

Nux vomica

Foarte nervoși, energici și competitivi, aceste personalități obsedate de muncă lucrează din greu, trăind din provocări. Critici cu alții, explodează ușor în crize de furie. Stilul lor de viață tinde să le afecteze punctele slabe, care includ stomacul, intestinale și ficatul.

Ignatia

Majoritatea tipurilor Ignatia sunt femei. Sunt persoane artistice, sensibile și foarte nervoase, cu o tendință la reacții excesive. Își exprimă cu dificultate emoțiile. Punctele slabe includ sănătatea mentală ca și al întregului sistem nervos.

Phos.

Aceste tipuri sunt expresive și afectuoase, adesea artistice, deși entuziasmul lor poate fi intens și de durată scurtă, și își pot epuiza rapid energia când sunt sub presiune sau bolnave. Punctele slabe includ toracele, plămânii și digestia.

Merc. sol.

Introvertiți și închiși, tipul Merc. sol. pare detașat și arogant, dar ascunde emoții puternice. Au nevoie de ordine și stabilitate. Punctele slabe includ sângele și mucoasele. Ulcerațiile bucale, abcese, febra și afecțiunile glandulare sunt probleme frecvente.

Lycopodium

Acest tip are tendința de a fi un intelectual cu o perspectivă conservatoare. Stăpânirea de sine ascunde un puternic sentiment de insecuritate. Nu tolerează bine boala. Punctele slabe se concentrează pe problemele digestive, cu distensie abdominală și balonare excesive.

Lachesis

Indivizii aparținând acestui tip trăiesc intens viața, cu un sentiment de congestie fizică și mentală - pentru ei limitările sunt dificil de suportat și nu își iau angajamente. Sistemul nervos, sângele și circulația sunt punctele slabe.

Natrum mur.

Extrem de sensibile și rafinate, tipurile Natrum. mur. sunt adesea femei. Sunt serioase și conștiințioase, pot fi adesea ușor rănite de critică, rămânând totuși idealiste și inflexibile. Punctele lor slabe includ tractul digestiv și sângele.

Pulsatilla

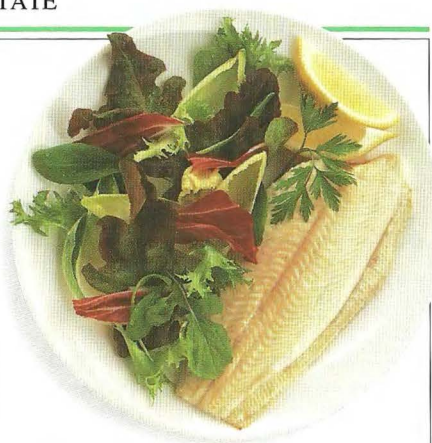
Tipurile Pulsatilla sunt de obicei femei. Timide, blânde și amabile, sunt indecise și evită confruntarea, tinzând să fie conduse mai degrabă de emoții decât de rațiune. Simptomele lor sunt schimbătoare, iar punctele slabe includ venele și stomacul.

Sulf

Imaginative și inventive, tipurile Sulf sunt incompetente la nivel practic, ele trăind viața mai ales la nivel intelectual. Pedante și egoiste, au o dorință puternică de recunoaștere și cheltuiesc multă energie pe idei și speculații. În cazul lor punctele slabe includ circulația.

13 Efectele dietei

O dietă sănătoasă, echilibrată, care să furnizeze substanțele nutritive necesare pentru o bună stare de sănătate este esențială pentru organism. Diabetul și bolile cardiace sunt legate de consumul excesiv al anumitor tipuri de alimente și multe afecțiuni pot fi prevenite sau ameliorate prin modificarea dietei și aportul de suplimente nutritive. Cunoașterea preferințelor alimentare ale unei persoane ajută homeopatul în evaluarea stării de sănătate și oferă informații despre tipul constituțional al acesteia.



Alimentație echilibrată

Alimente cum ar fi salatele, legumele, pâinea și pastele reprezintă baza unei diete echilibrate. Peștele, produsele lactate și carnea trebuie consumate numai de două ori pe săptămână.

14 Exercițiul zilnic

Alți factori utilizați de homeopați pentru determinarea tipului constituțional al unei persoane sunt aspectul fizic și nivelul de activitate în interior și în aer liber. Unii oameni sunt energici prin natura lor, în timp ce alții sunt lenți și nu au rezistență. Corpul uman este proiectat totuși pentru a avea activitate musculară și nu poate funcționa corespunzător fără aceasta. De aceea, homeopatii încurajează practicarea cu regularitate a efortului fizic.

Efortul are efecte pozitive asupra inimii

Mersul pe bicicletă

Mersul pe bicicletă la lucru este un mod excelent de a include un efort intens în programul zilnic. Începeți orice program de exerciții fizice de la un nivel scăzut și creșteți gradul intensității.





15 Factorii de mediu

Vremea, anotimpurile, momentul zilei și modificările de temperatură influențează oamenii. Observarea modului în care acești factori de mediu afectează starea generală a unei persoane, precum și influența lor asupra anumitor boli pot ajuta semnificativ homeopatul în determinarea tipului constituțional al unei persoane. O persoană cu o durere la genunchi se poate simți mai bine după aplicarea locală a unei comprese calde, dar mai rău într-un mediu cald. De exemplu, cineva poate percepe apropierea unei furtuni ca relaxantă sau, dimpotrivă, ca producând cefalee. Reacția cuiva la aerul marin sau modul de trezire dimineată ajută homeopatul în înțelegerea tipului constituțional al unei persoane.

16 Importanța somnului

Lipsa somnului este o cauză foarte importantă de stres și de asemenea poate duce la îmbolnăvire. Programul de somn, conținutul viselor și poziția obișnuită în timpul somnului pot fi luate în considerare de homeopat.



Reîntinerirea prin somn

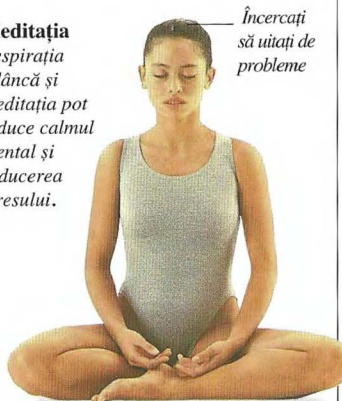
Majoritatea oamenilor sunt epuizați din cauza repaosului și somnului insuficient, datorită unui stres emoțional sau fizic. Combateți insomnia cu un program regulat de culcare.

17 Combaterea stresului

Stresul poate fi definit ca orice situație ce creează o presiune asupra sistemelor organismului. O mică doză de stres este benefică: se ameliorează performanța și eficiența. O doză mare produce oboseala, urmată posibil de boală. Stresul de durată scurtă este relativ ușor de suportat: orice activitate relaxantă și care vă calmează mintea vă va ajuta la disiparea stresului. În cazurile mai severe, tehnici cum ar fi yoga, meditația și t'ai chi pot fi utile. O atitudine mentală pozitivă ajută la controlul și combaterea stresului.

Meditația

Respirația adâncă și meditația pot induce calmul mental și reducerea stresului.



Încercați să uitați de probleme



REMEDII DE ORIGINE ANIMALĂ

18 Apis/albina

(*Apis mellifica*) Albinele furnizează o întreagă gamă de substanțe utilizate în medicină: albina întreagă, mierea, ceara, rășina de stup, polenul. Remediul *Apis* este folosit frecvent în homeopatie pentru inflamații cu dureri intense, când apar mâncărimi și pielea este inflamată și foarte sensibilă la atingere sau pentru infecțiile tractului urinar, retenția de lichide și afecțiuni alergice ale ochilor, guri și faringelui.



Înțepături de insecte

Utilizați *Apis* când zona din jurul înțepăturii este roșie, caldă și tumefiată. Luați șase doze de 30c, una la 15 minute.

Indicații principale

- Durere intensă care se calmează la cald și se accentuează la rece.
- Leziuni papuloase sensibile la presiune ușoară.
- Febră fără senzația de sete și tegumente deshidratate.
- Simptome cu originea în partea dreaptă a corpului.

◁ Albinele

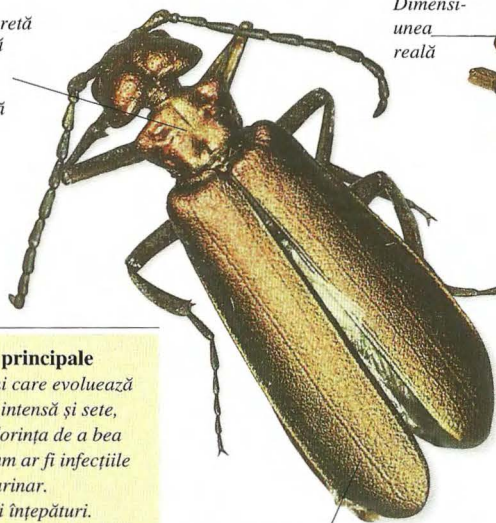
Remediul *Apis* este preparat din albina integrală, inclusiv acul. Mierea, polenul și rășina sunt de asemenea utilizate.



19 Cantharis/musca spaniolă

(*Cantharis vesicatoria*) Cunoscut cel mai bine ca afrodisiac. Remediu homeopatic preparat din musca spaniolă se administrează în afecțiuni cu simptome acute. Această insectă secretă o substanță iritantă denumită cantaridină, care este o otrăvă puternică dacă este luată în doze mari. Atacă tractul urinar și produce vărsături violente și dureri intense. *Cantharis* este utilizată pentru a trata cistita severă și alte infecții ale tractului urinar, precum și arsurile. Problemele mentale produse de remediu homeopatic *Cantharis* includ dorința excesivă de sex, accese de furie, anxietate severă și iritabilitate ducând la violență.

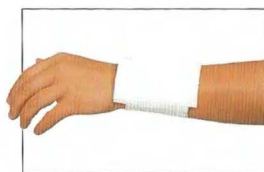
Insecta secretă o substanță iritantă denumită cantaridină



Indicații principale

- Afecțiuni care evoluează cu durere intensă și sete, dar fără dorința de a bea lichide, cum ar fi infecțiile tractului urinar.
- Arsuri și înțepături.
- Afecțiuni cu tendință de agravare rapidă.
- Probleme mentale, ca furia și anxietatea.

La prepararea remediei se folosește întreaga insectă



Tratarea arsurilor

Dacă o arsură este mai mare decât palma mâinii, consultați imediat medicul. Aplicați comprese reci și luați șase doze de *Cantharis* 30c, câte una la fiecare 15 minute.

Dimensiunea reală



Δ Muște spaniole

Aceste insecte, întâlnite mai ales în Spania și sudul Franței, sunt sursa remediei *Cantharis*, utilizat pentru afecțiuni cu durere intensă.

Δ *Lytta vesicatoria*

Aceste insecte de culoare verde aprins, otrăvitoare și foarte iritante, au fost utilizate în medicină încă din antichitate.



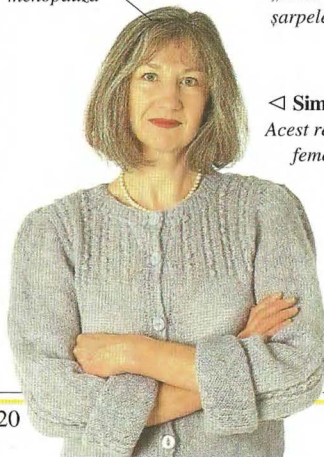
20 *Lachesis/vipera*

(*Lachesis muta*) Dacă mușcătura acestui șarpe atinge direct o venă, poate fi fatală. Mușcăturile superficiale determină hemoragii masive și pătrunderea veninului în sânge. Remediul *Lachesis*, preparat din venin, acționează în principal asupra sângelui și circulației și este utilizat pentru tratarea afecțiunilor venoase. Inima slăbită, pulsul rapid și neregulat, palpitațiile, angina și greutatea în respirație sunt ameliorate de acest remediu; la fel și în simptomele de menopauză și premenstruale.

Vipera ▷

Acest șarpe este un vânător agresiv: mușcăturile sale pot fi fatale.

Administrat și pentru leșinuri la menopauză



Veninul este „muls” de la șarpele viu

◁ Simptome de menopauză

Acest remediu, esențial pentru femeile la menopauză, este indicat pentru bufeuri. Doza este de 30c la fiecare 12 ore, timp de 7 zile.



Venin uscat

Remediul preparat din venin este utilizat pentru rănilor sângăn-gărnde.

Indicații principale

- Probleme circulatorii și vasculare.
- Simptome premenstruale și de menopauză.
- Răni cu vindecare dificilă.
- Afecțiuni cu tendință de agravare, pentru suprimarea emoțiilor.
- Probleme faringiene.



21 Sepia

(*Sepia officinalis*) În antichitate, cerneala sepiei era utilizată pentru tratarea litiazei renale și gonoreei. *Sepia* acționează pe uter, ovare și vagin și se administrează în caz de dureri menstruale, bufeuri la menopauză, simptome fizice și emoționale în cursul sarcinii. Este utilă și pentru femeile care au dureri în timpul actului sexual. *Sepia* este benefică pentru tulburările acompaniate de epuizare, indigestie după consumul de lapte și alimente grase, cefalee, greață și varice.

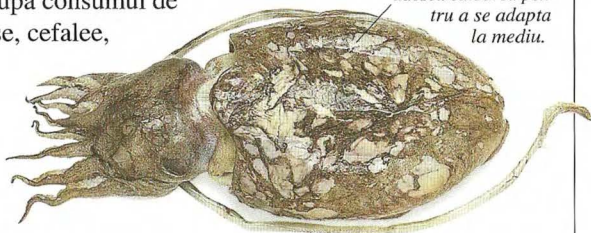
Sepia ▷

Remediul este preparat din pigmentii purificați din cerneala pe care sepie o elimină pentru a se proteja.

Indicații principale

- Afecțiuni legate de dezechilibrul hormonal, cum ar fi sindromul premenstrual și menopauza.
- Tulburări însoțite de epuizare.

Sepia își schimbă adesea culoarea pentru a se adapta la mediu.



22 Tarantula/păianjenul lup

(*Tarentula hispanica*) Spre deosebire de ruda sa din America de Sud, tarantula europeană nu este periculoasă pentru oameni. Se utilizează integral păianjenul viu pentru prepararea unui remediu util în tratarea afecțiunilor sistemului nervos și cardiovascular (angina și alte afecțiuni cardiace) și pentru boli ovariene și mâncărimi organelor genitale la femei.

Indicații principale

- Anxietate fizică și mentală extremă.
- Afecțiuni cardiace.
- Boli ovariene.
- Sensibilitate și prurit genital la femei.
- Tulburări în care persoana își caută o poziție care să-i ușureze suferința.

Păianjenul viu este utilizat integral

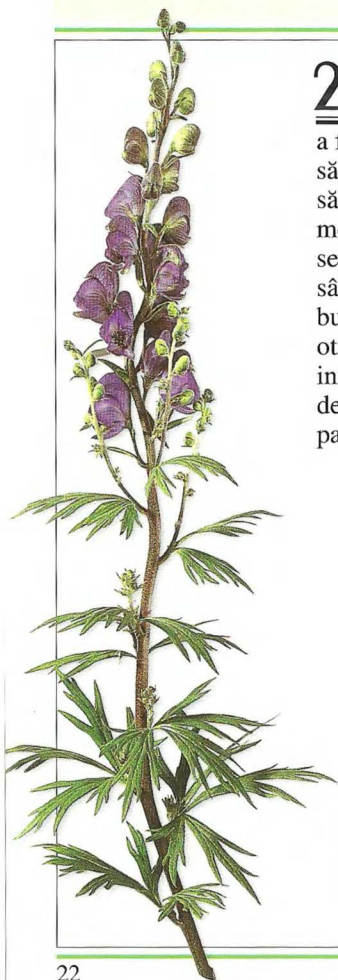


Păianjenul lup

Numele comun al păianjenului derivă din faptul că acesta își vânează prada în loc să o prindă în pânză.



REMEDII DE ORIGINE VEGETALĂ



23 Aconita/omeag

(*Aconitum napellus*) Această plantă mortală a fost utilizată în cursul istoriei ca otravă pentru săgețile de vânătoare. Hahnemann și succesorii săi au utilizat-o pe scară largă ca un remediu homeopatic pentru febre și afecțiuni acute cu durere severă, care până atunci erau tratate prin luare de sânge. Acest remediu este de obicei necesar la debutul guturaiului și tusei și în afecțiuni oculare, otice și faringiene cu simptome de inflamație și infecție. *Aconita* se administrează și pentru stări de frică și anxietate, de exemplu în atacuri de panică cu palpitații, amorteți și furnicături în corp.



△ Omeag

Această plantă este foarte toxică; rădăcina conține de nouă ori mai multă otravă decât conțin frunzele.

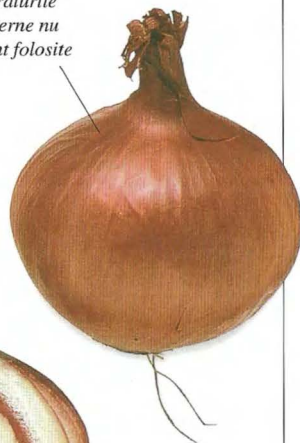
Indicații principale

- Tulburări acute datorate adesea șocului, frigii sau modificărilor bruște ale condițiilor climatice.
- Frică și șoc, teama de moarte în caz de boală, în special pentru femeile care se tem de moarte în timpul travaliului.
- Dureri intense și parestezii.

24 **Allium/ceapa**

(*Allium cepa*) Una dintre cele mai vechi plante din lume, renumită pentru proprietățile sale curative, ceapa conține un ulei volatil care stimulează glandele lacrimale și mucoasa tractului respirator superior, favorizând secreția ochilor și nasului. Remediu homeopatic preparat din bulbul de ceapă roșie este utilizat pentru a trata afecțiuni ale căror simptome principale includ lăcrimarea și cursul nasului. Este utilizat și pentru tratarea durerilor nevralgice care alternează de pe o parte pe alta a corpului, de obicei de la stânga la dreapta.

*Sraturile
externe nu
sunt folosite*



*Pentru
prepararea
remediului se
utilizează bulbul
proaspăt*

Indicații principale

- Senzație de arsură sau dureri nevralgice.
- Simptome sau dureri care alternează dintr-o parte în alta, migrând de obicei de la stânga la dreapta.
- Tulburări cu hipersecreție oculară și nazală.
- Laringită, răgușeală și tuse.

△ Ceapa roșie

Ceapa provoacă lăcrimare și remediul este utilizat pentru a trata afecțiuni care produc dureri oculare și lăcrimare.

◁ Febra fânului

Un preparat 6c, luat până la zece doze, este benefic pentru bolnavii cu febra fânului și hipersecreție nazală.

*Secreția nazală migrează
de la stânga la dreapta*





25 Arnica

(*Arnica montana*) Arnica era bine cunoscută oamenilor de la țară ca remediu pentru durerile și contuziile musculare. Acum este utilizată pe cale internă în doze homeopatice în șoc, pentru vindecarea țesuturilor lezate și controlul hemoragiilor. Intern sau extern, arnica este utilă în afecțiuni articulare și musculare, ca osteoartrita, febra musculară după efort, crampe, contuzii și întinderi. Se administrează intern pentru eczeme, furuncule, comotii și vânătăi în jurul ochilor, precum și pentru ochi obosiți și febră cu senzație de cald la nivelul capului și de rece în corp.



△ Crema de arnică

Se utilizează extern pentru contuzii și întinderi, dar nu în caz de leziuni cutanate, căci poate produce inflamații.

Arnica ▷

În medicina ortodoxă Arnica montana a fost mult timp utilizată pentru a trata dizenteria, guta, malarie și reumatismul.



Remediul este preparat din planta integrală în perioada de înflorire.

Indicații principale

- Remediu excelent ca prim ajutor.
- Șoc, dureri, contuzii, hemoragii și alte leziuni produse accidental.
- Șoc emoțional, de exemplu după pierderea bruscă a unei persoane dragi.



◁ Rădăcina

Rădăcina proaspătă de arnică, care crește în munții Europei, este cunoscută de alpiști.

Rădăcina este mestecată pentru a îndepărta febra musculară.



26 Belladona/mătrăguna

(*Atropa belladona*) Pretins utilizată în vrăjitorie în cursul Evului Mediu și în medicina ortodoxă pentru spasme, greață și vertij, *Belladona* s-a dovedit un remediu homeopatic când Hahnemann a folosit-o pentru tratarea scarlatinei. În afară de infecții și inflamații cu debut acut, este utilizată pentru cefalee, abcese, durerile de travaliu și insomnie.

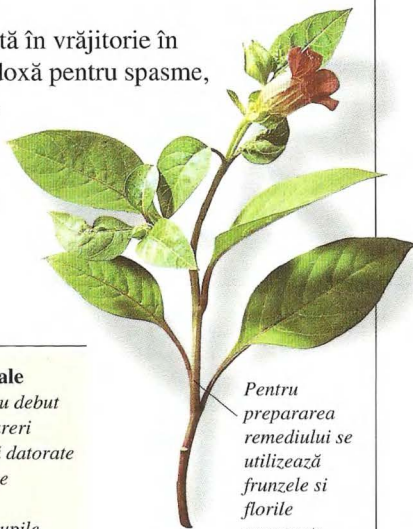


Δ Combaterrea febrei

Se administrează copiilor cu febră mare și pentru ameliorarea durerilor din perioada apariției dinților.

Indicații principale

- Afecțiuni acute cu debut brusc și violent, dureri pulsatile și roșeață datorate circulației sanguine hiperkinetice.
- Febră mare cu pupile dilatate și privire fixă.
- Afecțiuni în care există o sensibilitate extremă la lumină, zgomot și atingere.



Pentru prepararea remediului se utilizează frunzele și florile proaspete

Δ Belladona

Deși toate părțile plantei sunt otrăvitoare, a fost utilizată de-a lungul istoriei pentru tratarea diferitelor infecții și inflamații.

27 Bryonia

(*Bryonia alba*) Afecțiunile acute care se instalează lent, cum ar fi tusea, gripa și cefaleea, și bolile caracterizate prin uscăciunea gurii, buzelor, pieptului sau ochilor sunt tratate cu *Bryonia*. Rădăcina proaspătă este foarte otrăvitoare: moartea se produce prin inflamația tractului digestiv. În general, bolnavii care au nevoie de *Bryonia* pot fi recunoscuți deoarece evită să se miște sau să vorbească.



Indicații

- Afecțiuni cu debut lent, în care se simt dureri la cea mai mică mișcare.
- Probleme cu uscăciunea gurii, buzelor, ochilor și pieptului.

◁ Rădăcina proaspătă

Rădăcinile proaspete sunt întâi tăiate mărunț și apoi pisate.



28 China

(*China officinalis*) Preparată din scoarța unui arbore din Peru, aceasta a fost prima substanță pe care Hahnemann a testat-o pe el însuși. El a observat că în doze mari, chinina (extrasă din scoarță) produce simptome similare cu malaria, pe care totuși o vindecă. În prezent, remediul *China* tratează simptome ca epuizarea, cefaleea, nevralgia, convulsiile, amețea, hemoragiile, inclusiv cele nazale.

Indicații principale

- Epuizare nervoasă ca urmare a unor afecțiuni debilitante.
- Slăbiciune rezultând din pierderea fluidelor organismului prin transpirații, diaree sau vărsături.



Scoarța trebuie uscată înainte de utilizare

◁ Scoarța uscată

Scoarța provine din arborii Cinchona, care crește în pădurile tropicale.

29 Cimic

(*Cimicifuga racemosa*) Acest remediu acționează asupra nervilor și mușchilor uterului, astfel încât este utilizat mai ales la femei pentru simptome menstruale (congestie a capului și crampe), avorturi precoc și tulburări frecvente de sarcină, ca greața și insomnia. Depresia postnatală și simptomele de menopauză sunt de asemenea ameliorate, ca și rigiditatea gâtului ce produce cefalee și simptomele emoționale datorate dezechilibrului hormonal.

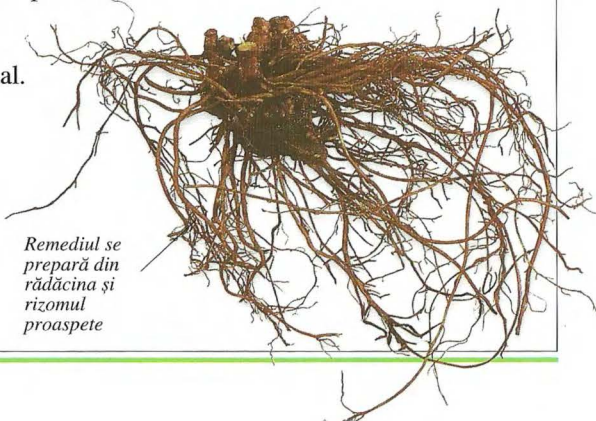
Indicații principale

- Tulburări legate de menstruație, sarcină, naștere și menopauză.
- Cefalee.
- Depresie.

Cohosh negru ▷

Indienii americani utilizau rădăcina ca tratament pentru mușcătura de crotal, pentru durerile menstruale și din travaliu. De asemenea, o mesteacău pentru ameliorarea depresiei sau ca sedativ.

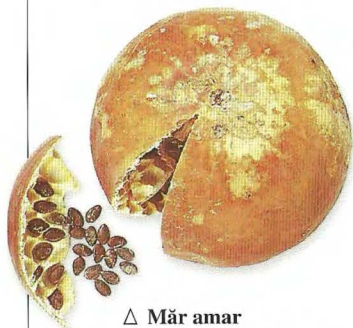
Remediul se prepară din rădăcina și rizomul proaspete





30 Colocynthis/măr amar

(*Cucumis colocynthis*) Principalele afecțiuni tratate cu *Colocynthis* sunt caracterizate prin dureri cu caracter acut în puseuri și nevralgii produse de mânia reprimată. Remediul este eficient pentru cefalee, nevralgii faciale, dureri de stomac cu greață sau vărsături și dureri abdominale cu diaree. Durerile de origine nervoasă la nivelul rinichilor sau ovarelor, guta, sciatica, reumatismul și amețea asociată sunt ameliorate de *Colocynthis*.



Δ Măr amar

Remediul *Colocynthis* este o pulbere preparată din fructul uscat, fără semințe.

Indicații principale

- Furie și indignare extreme care produc dureri cu caracter acut, în puseuri sau nevralgice.
- Probleme digestive.
- Cefalee asociată cu furie sau jenă.

31 Drosera/roua cerului

(*Drosera rotundifolia*) Este în principal un remediu utilizat pentru tusea violentă, spasmodică, iritativă și seacă. În fazele acute, tusea poate provoca vărsături și hemoragii nazale. În caz de boală, persoanele care au nevoie de acest remediu sunt foarte iritate și anxioase

când sunt singure și au dificultăți de concentrare.

Drosera tratează și răgușeala, rigiditatea și lipsa de flexibilitate a gleznelor.



◁ Roua cerului

Pentru prepararea remediei se utilizează integral planta înflorită.

Seva plantei este caustică și acționează asupra sistemului respirator.

Indicații principale

- Tuse violentă, neproductivă, cu agravare după miezul nopții, cum ar fi tusea convulsivă.
- Dureri progresive și dureri osoase.
- Anxietate și încăpățănare.



32 Euphrasia

(*Euphrasia officinale*)

Afecțiunile oculare, cum ar fi conjunctivita, blefarita (inflamația pleoapelor), irita (inflamația irisului), vederea neclară, intoleranța la lumină puternică, secrețiile corneene și uscăciunea ochilor la menopauză beneficiază de acest remediu. De asemenea, este util în răceli și febra fânului cu congestie facială și catar apos. În plus, este utilizat pentru tratarea cefaleei acute, a constipației și stadiilor precoce ale pojarului.

Pentru prepararea remediei se utilizează integral planta înflorită, proaspătă.

Indicații principale

- Afecțiuni oculare cu dureri și secreții oculare apoase.
- Leziuni sau inflamații ale ochilor.
- Febra fânului cu secreții oculare iritante și secreții nazale clare.

Euphrasia ▷

Această plantă a fost mult timp utilizată ca remediu pentru afecțiunile oculare, fiind menționată pentru prima dată în 1305. Este încă utilizată în medicina naturistă.



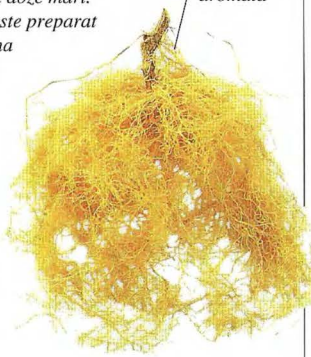
33 Gelsemium/iasomia galbenă

(*Gelsemium sempervirens*) Acest remediu afectează în principal creierul și măduva spinării, nervii motori, mușchii, pleoapele și mucoasele. Este util în următoarele: dureri de cap accentuate de mișcare sau lumină puternică, dureri ale scalpului datorită inflamației nervilor, dureri musculare asociate cu febră și tulburări nervoase, cum ar fi scleroza multiplă, crize de panică și fobii asociate cu tremurături.

Iasomia galbenă ▽

Această plantă produce paralizie în doze mari. Remediu este preparat din rădăcina proaspătă.

Rădăcina proaspătă este aromată



Indicații principale

- Afecțiunile sistemului nervos.
- Cefalee și probleme oculare.
- Răceală și gripă.
- Panică și fobii.
- Infecții febrile.



34 Hamamelis/alunul vrăjitoarei

(*Hamamelis virginiana*) Proprietățile de liant și constrictive ale scoarței o fac un excelent remediu pentru hemoragiile interne și externe. Utilizat pentru inflamațiile și sângerările venelor, hemoragii inclusiv nazale și echimoze datorate leziunilor, slăbiciunea datorată hemoragiei prin ruperea unei vene inflamate și dureri, congestie sau vânătăi ale ochilor. Este folosit și în tratamentul depresiei.

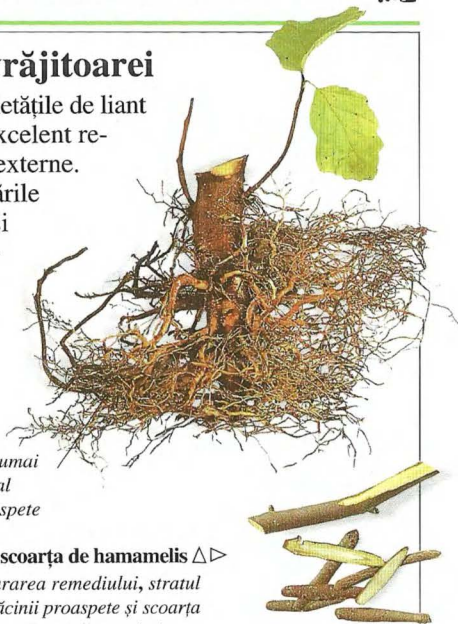
Indicații principale

- Inflamații și hemoragii venoase.
- Echimoze și dureri.
- Hemoragii nazale.
- Astenie datorată hemoragiei venoase.
- Depresie.

Se utilizează numai stratul extern al rădăcinii proaspete

Rădăcina și scoarța de hamamelis ▷

Pentru prepararea remediei, stratul extern al rădăcinii proaspete și scoarța lăstarilor sunt tăiate mărunt și pisate.



35 Hypericum/iarba sf. Ioan

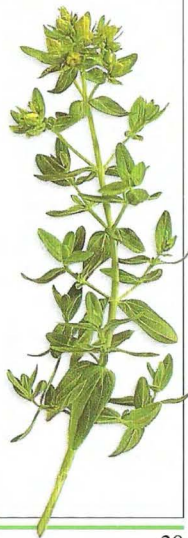
(*Hypericum perforatum*) *Hypericum* este cel mai important remediu pentru leziuni ale oricărei părți a corpului cu un mare număr de terminații nervoase, ca degetele de la mâini și picioare, coloana vertebrală, ochii, buzele, patul unghial și capul. Este excelent ca prim ajutor pentru orice tip de rană penetrantă, produsă de unghii, așchii sau mușcături, în cazul zdrobirii degetelor și pentru astmul agravat în condiții de vreme rece și umedă.

Iarba sf. Ioan ▷

Se utilizează integral planta înflorită. Tinctura de *Hypericum* este un bun prim ajutor pentru tăieturi, zgârieturi și escoriații.

Indicații principale

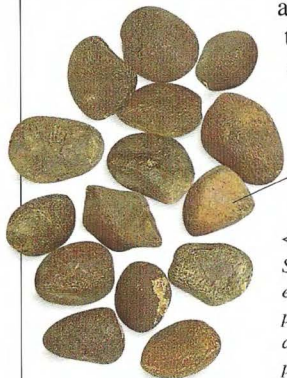
- Leziuni dureroase ale nervilor.
- Durere severă care iradiază în partea superioară a corpului și de asemenea în astm.
- Pentru sechelele leziunilor capului.
- Astm agravat de ceață.



36 Ignatia/bobul sf. Ignatius

(*Ignatia amara*) Acest remediu se administrează în homeopatie pentru tratarea problemelor emoționale, fiind un remediu cheie pentru tratarea tulburărilor de dispoziție, isteriei și insomniei. Ameliorează autocompătimirea, accesele de

plâns, depresia și panica. Este eficient în cefalee și în afecțiunile cu simptome contradictorii, cum ar fi greața și vărsăturile ameliorate prin alimentare. Este de asemenea benefic în tuse, febră și răceli care induc sete, leșin produs în spații închise și dureri în partea superioară a abdomenului.



Semințele conțin stricnină.

◁ Semințe de ignatia

Semințele acestui arbore din estul Asiei sunt separate de pulpa care le înconjoară și apoi pulverizate pentru a prepara remediu homeopatic.

Indicații principale

- Probleme emoționale.
- Depresie acută produsă de ruperea unor relații.
- Cefalee.
- Tuse și faringită.
- Simptome schimbătoare.

37 Ipecac./ipeca

(*Cephaelis ipecacuanha*) Simptomele fizice tratate cu *Ipeca* includ greața persistentă însoțită de paloare, transpirații reci sau calde și greața asociată cu migrene. Afecțiunile stomaculuiacompaniate de puls slab, absența setei și leșinul beneficiază și ele de acest tratament, ca și tulburările respiratorii, ca astmul și tusea spasmodică cu senzație de sufocare.



△ Ipecac.

Rădăcina acestei plante perene din pădurile tropicale se recoltează când planta este în floare și apoi este uscată pentru a prepara remediu homeopatic. Este utilizată în principal pentru greață și vărsături.

Indicații principale

- Greață constantă, cu sau fără vărsături.
- Respirație dificilă cu senzație de sufocare.
- Hemoragii.



38 Ledum/rozmarinul sălbatic

(*Ledum palustre*) *Ledum* se administrează sub formă de comprese locale reci, ca prim ajutor în leziuni sau înțepături însoțite de echimoze severe, precum și în durerile reumatice, rigiditate și dureri articulare, dureri ale degetelor în gută și dureri tendinoase cu rigiditate și inflamație. Persoanele care au nevoie de acest remediu preferă să rămână singure când sunt bolnave.

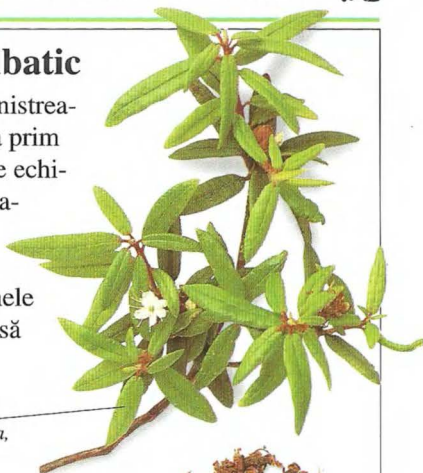
Indicații principale

- Previne infecția rănilor.
- Înțepături, plăgi și julituri.
- Leziuni oculare.
- Dureri reumatice în care zona afectată este rece.

Planta proaspătă este recoltată vara, când înflorește

Rozmarin sălbatic △ ▷

Această plantă are proprietăți antiseptice. Pentru prepararea remediei homeopate se recoltează toate părțile plantei, care sunt apoi uscate și pulverizate.



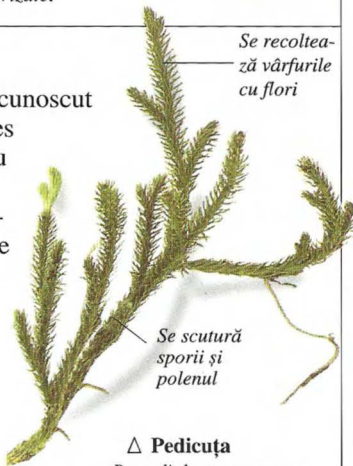
39 Lycopodium/pedicuța

(*Lycopodium clavatum*) Este un binecunoscut remediu pentru tulburările digestive, mai ales indigestie. Poate crește libidoul bărbaților cu disfuncție erectilă. Tulburările tind să fie pe partea dreaptă a corpului, însoțite de un apetit crescut pentru alimente dulci. Simptomele se ameliorează dacă se poartă haine largi și se agravează în caz de excese alimentare.

Indicații principale

- Afecțiuni digestive.
- Hipertrofia prostatei.
- Probleme ale rinichilor și vezicii urinare.
- Afecțiuni pe partea dreaptă a corpului.
- Probleme emoționale cu sentimente de insecuritate.

Se recoltează vârfurile cu flori



Se scutură sporii și polenul

△ Pedicuța

Remediul este preparat din sporii și polenul galben scuturate de pe mușchi.



40 **Nux vomica/nucă vomică**

(*Strychnos nux vomica*) Acest remediu este administrat în principal pentru hipersensibilitate și iritabilitate extreme.

Persoanele care necesită remediu se simt supărate și frustrate când așteptările lor nu sunt împlinite, se îmbolnăvesc și devin stresate când încearcă să-și stăpânească furia.

Remediul este benefic și în tulburările digestive, ca indigestia, vărsăturile, diareea cu crampe dureroase, greața și constipația, declanșate de suprimarea emoțiilor sau abuzul de anumite alimente sau stimulente. Răceala, gripa și tusea seacă sau însoțită de greață, cefaleea și migrenele sunt de asemenea ameliorate.



Frunzele ▷

Acestea conțin toxina care a fost utilizată de mult timp în doze mici pentru stimularea apetinului și digestiei.

Semințele se găsesc în pulpa fructelor



Nuca ▷

Frunzele, scoarța și semințele plantei conțin stricnină, dar remediu homeopatic este preparat numai din semințe.

◁ Afecțiuni ginecologice

La femei, Nux vomica este administrată pentru durerile din travaliu. De asemenea, se dă în caz de greață matinală, crampe și micțiuni frecvente în timpul sarcinii, menstruații precoce, masive sau neregulate și cistită.

Indicații principale

- Tulburări digestive.
- Insomnie și iritabilitate produse de suprimarea furiei.
- De asemenea, beneficia în răceli, gripă cu febră și tuse.
- Cefalee și migrene.
- Afecțiuni ginecologice.





41 Pulsatilla/dedițel

(*Pulsatilla pratensis*)

Remediile *Pulsatilla* sunt utilizate pentru a trata afecțiuni însoțite de secreții de culoare galbenă sau galben-verzuie. Acestea includ răceala cu nas înfundat sau care curge, sinuzita și tusea productivă. Problemele oculare, cum ar fi conjunctivita, și tulburările digestive produse de mâncărurile grele, ca indigestia, gastro-

enterita, greața și vărsăturile sunt de asemenea ameliorate. *Pulsatilla* este un remediu eficient pentru tulburările ginecologice, mai ales problemele de menstruație și menopauză caracterizate prin depresie și nevoia de atenție și suport emoțional. Toate simptomele sunt în general ameliorate de aerul proaspăt, efort ușor, plâns și compasiune.



△ Depresie

Acest remediu este benefic în depresia caracterizată prin plâns și lipsa încrederii în sine și voinței, în special dacă sunt corelate cu probleme de menstruație și menopauză.

Indicații principale

- Afecțiuni însoțite de secreții de culoare galben-verzuie, cum ar fi catarul sau conjunctivita.
- Probleme digestive cauzate de alimentația prea bogată în grăsimi.
- Probleme menstruale sau de menopauză, adesea caracterizate prin depresie.

Dedițel ▷

Planta proaspătă, întâlnită în Rusia, Germania și Scandinavia, se utilizează integral. Sucul extras este utilizat pentru prepararea remediei.

Rădăcinile sunt de asemenea pisate pentru extragerea sucului

Planta trebuie să fie înflorită când este recoltată pentru prepararea remediei





42 *Rhus tox./iedera*

(*Rhus toxicodendron*) *Rhus tox.* este utilizat în principal pentru tratarea afecțiunilor cutanate însoțite de mâncărime și tendință la descumare, ca herpesul, dermatita și eczema, și a problemelor musculo-scheletice, ca osteoartrita, reumatismul, crampele și întinderile. Persoanele care au nevoie de acest remediu pot fi foarte anxioase, iritabile și sensibile la frig.



◁ Iedera

Frunzele proaspete, care produc o erupție cutanată violentă, sunt recoltate înainte de înflorire și apoi pisate pentru a prepara remediu.

Indicații principale

- Afecțiuni cutanate în care apar mâncărime, roșeață, tumefacție și senzație de arsură la nivelul pielii.
- Afecțiuni musculare și articulare în care rigiditatea și durerea se ameliorează după mișcare, dar sunt mai supărătoare la începutul ei.
- Menstruație abundentă, prelungită și precoce.
- Simptome de reumatism acut și gripă.

43 *Ruta grav./virnanț*

(*Ruta Graveolens*) Remediu important pentru traumatismele osoase însoțite de dureri acute, reumatism, leziuni tendinoase, contuzii și sciatică se administrează și în astenopia cu senzație de căldură și roșeață oculară, în cefaleea indusă de astenopie, adesea produsă de citirea unui text scris cu caractere foarte mici. Este benefică și în tulburările respiratorii cu dureri sternale. Adesea, simptomele sunt ameliorate de mișcare și agravate de repaos.



Indicații principale

- Traumatisme osoase și musculare.
- Astenopie.

Virnanț ▷

Remediul este preparat din planta proaspătă integrală, înainte de înflorire. Seva poate fi iritantă.



44 Thuja/tuia

(*Thuja occidentalis*) Pe lângă faptul că este un remediu esențial pentru negi și afecțiuni ale tractului genito-urinar, *Thuja* se administrează și pentru transpirația cu miros neplăcut, cefaleea indusă de stres,

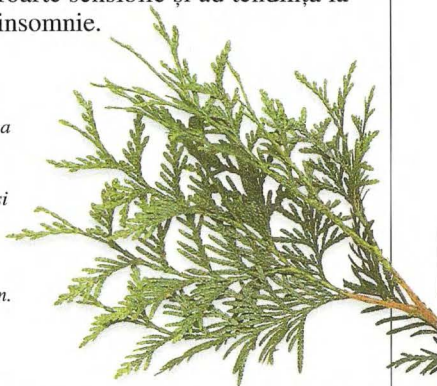
emoții sau epuizare, carii dentare, inflamație gingivală și secreție purulentă cronică. Persoanele care au nevoie de acest remediu sunt foarte sensibile și au tendință la insomnie.

Indicații principale

- Negi și alte afecțiuni cutanate, ca tenul gras.
- Probleme ale unghiilor.
- Remediu acționează pe tractul urogenital.
- Afecțiuni cu secreții purulente de culoare galbenă sau galben-verzuie.
- Probleme menstruale.

Tuia ▷

Pentru prepararea remediei homeopatic se pisează frunzele și lăstarii aromați. Crema obținută din pastă este utilă în reumatism.



45 Urtica/urzica mică

(*Urtica urens*) Acest remediu se administrează fie intern, fie extern sub formă de unguent, și este indicat în special pentru afecțiuni cutanate, adesea datorate unor reacții alergice. Arsurile cu vezicule și eczema, în care apar mâncărimi ale pielii sau pielea are aspect pătat, beneficiază de *Urtica*. Este eficientă în reumatism, guta acută, precum și în inflamații ale nervilor și nevralgii.



◁ Urtica mică

Pentru prepararea remediei se utilizează integral planta proaspătă. Planta este acoperită de peri fini, care produc mâncărime și inflamație la contact.

Indicații principale

- Afecțiuni cutanate dureroase.
- Dureri reumatice.
- Arsuri cu mâncărime și tumefacție.
- Întepături de insecte.
- Micțiuni dureroase.



REMEDII DE ORIGINE MINERALĂ

46 Argent. nit./nitrat de argint

(*Argentum nitricum*)

Remediu utilizat pentru a combate teama și anxietatea declanșate de o imaginație prea bogată, dar și în tulburările digestive precipitate de emoții sau consumul exagerat de alimente dulci. Este eficient în durerea ameliorată de presiune și aer proaspăt, dar agravată de mișcări și vorbit. Afecțiunile apar de obicei pe partea stângă.

Nitrat de argint ▷

Remediul homeopatic este preparat din nitrat de argint, extras din acantită. Este utilizat în principal pentru tratarea problemelor digestive și nervoase.



Cristale de
nitrat de
argint

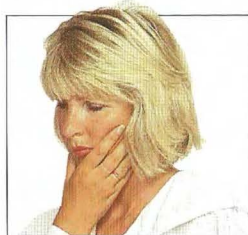
Indicații principale

- Anxietate, panică și fobii.
- Tulburări digestive declanșate de emoții.
- Afecțiuni însoțite de apetit crescut pentru alimente dulci.



△ Acantita

Acest mineral se găsește în Norvegia, SUA și America de Sud. El reprezintă principala sursă de argint.



Anxietate și fobii

Acest remediu este util în agorafobie, claustrofobie și anxietate apărute în fața unor situații neașteptate.



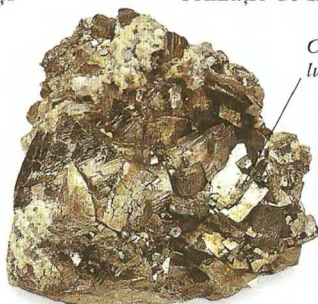
47 Arsen. alb./arsenic

(*Arsenicum album*) Arsen. alb. se administrează pentru anxietatea produsă de insecuritate și hiper-sensibilitate. Remediu este eficient pentru o gamă de tulburări digestive, printre care toxiinfecțiile alimentare, indigestia, diareea și

gastroenterita cauzată de consumul excesiv de fructe și legume coapte, alimente congelate sau alcool. Remediu se administrează în febrele în care persoana are temperatura crescută la atingere, dar însoțită de senzație de frig, sau invers.

Indicații principale

- Anxietatea și frica datorate unui sentiment de insecuritate.
- Tulburări digestive și inflamația mucoaselor, în special ale tractului digestiv.
- Afecțiuni cu dureri atroce, ameliorate de căldură.



Cristalele au un luciu metalic

◁ Arsenopirita

Acest mineral este principala sursă de arsenic. Prin încălzire, cristalele degajă un miros de usturoi. Remediu este preparat din oxidul de arsenic.

48 Aurum met./aur

(*Aurum metallicum*) Persoanele care au nevoie de acest remediu sunt foarte sensibile atunci când sunt contrazise. Este utilizat pentru bolile mentale, cum ar fi depresia, circulația hiperkinetică cu congestia capului și a altor organe, bolile cardiace, afecțiunile hepatice, sinuzita și durerile osoase.



△ Aur

Acest metal prețios este încă utilizat în medicina ortodoxă și stomatologie.

Indicații principale

- Depresie și tendințe suicidare legate de teama de eșec.
- Congestie sanguină asociată cu tulburări vasculare.
- Afecțiuni caracterizate prin hipersensibilitate generală la zgomot, mirosuri, atingere, gusturi și muzică.

Pudra de aur ▷

Pentru prepararea remediuului, aurul pur este transformat într-o pudră fină.



Pudră fină

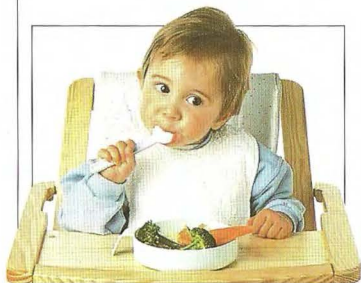


49 Calc. carb.

(*Calcarea carbonica*) Acest remediu este utilizat pentru a trata încetinirea dezvoltării oaselor și dinților, dureri articulare și osoase cum ar fi lumbago, fracturile cu vindecare lentă și durerile legate de apariția dinților la copii. Infecțiile auriculare însoțite de secreții cu miros neplăcut și infecțiile oculare cu ochi roșu sunt tratate cu *Calc. carb.* Alte afecțiuni în care este util includ eczema, aftele, menstruațiile abundente, simptomele de menopauză și tulburările digestive.

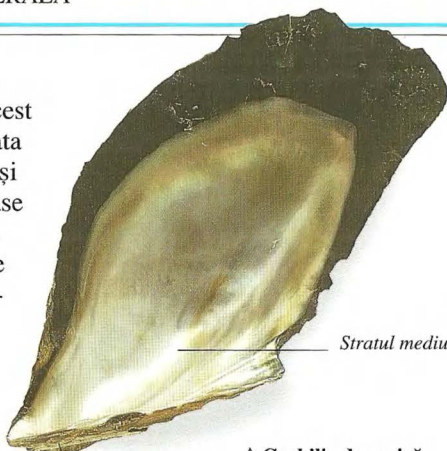
Pudra din cochilie de scoică ▷

Pentru prepararea remediei homeopate stratul mediu al cochiliei de scoică este transformat în pulbere.



Dureri dentare

Calc. carb. este utilizat în multe afecțiuni, dar acționează mai ales asupra oaselor și dinților, fiind prin urmare util pentru copiii la care erupția dinților este însoțită de dureri, inflamație gingivală, transpirații ale scalpului și febră.



Stratul mediu

Sideful se raclează cu o unealtă ascuțită.

Δ Cochilie de scoică

Stratul de sidef conține carbonatul de calciu, acesta fiind cel din care se prepară remediu



Conține carbonat de calciu

Cochilia este uscată și apoi transformată în pulbere

Indicații principale

- Dezvoltare lentă a oaselor și dinților.
- Dureri osteoarticulare.
- Tulburări caracterizate prin teamă și anxietate, transpirații abundente cu miros neplăcut și sensibilitate la frig.
- Cefalee pe partea dreaptă.
- Afecțiuni ginecologice, ca menstruație abundentă și simptome de menopauză.



50 Calc. phos./fosfat de calciu

(*Calcarea phosphorica*) Este utilizat în principal pentru tratarea afecțiunilor osoase, ca durerile osteo-articulare sau fracturile cu vindecare lentă, și în cazul degradării rapide a dentiției. Este indicat și în probleme cum ar fi încetinirea creșterii la

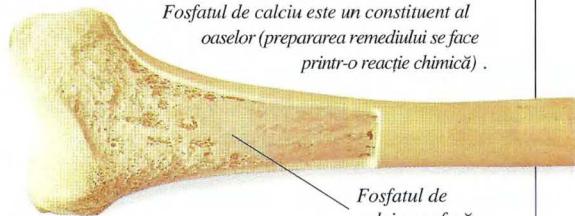
copii, în astenia de după o boală și este un remediu cheie în tulburările digestive la copii. *Calc. phos.* tratează întârzierea erupției dinților la copii. Otitele și amigdalita recurentă sunt foarte frecvente la copiii care au nevoie de acest remediu.

Indicații principale

- Dureri osoase și dentare.
- Probleme asociate cu creșterea la copii și adolescenți.
- Astenie fizică și psihică.
- Probleme digestive.
- Sentimente de nemulțumire.

▽ Oase

Fosfatul de calciu este un constituent al oaselor (prepararea remediei se face prin-o reacție chimică).



Fosfatul de calciu conferă duritate oaselor

51 Carbo veg./cărbune de lemn

(*Carbo vegetibilis*) Acest remediu se administrează pentru epuizare, astenie și scăderea vitalității după o operație sau altă boală. Este indicat și în caz de oxigenare slabă a țesuturilor datorită circulației venoase deficitare. Simptomele includ tegumente reci și cianotice la nivelul mâinilor, picioarelor și feței și edeme ale picioarelor. Problemele digestive, indiferent de dietă, sunt ameliorate de acest remediu, la fel ca astmul și tusea spasmodică.



Cărbunele este o formă de carbon

Indicații principale

- Epuizare și scăderea vitalității.
- Șoc cu tegumente reci și umede, dar cu senzație internă de cald.
- Afecțiuni ale circulației venoase și digestiei.



◁△ Remediu carbo veg.

Acest remediu este preparat din cărbunele obținut prin arderea parțială a lemnului. El crește vitalitatea persoanelor care suferă de epuizare și astenie.



52 Cuprum met./cupru

(*Cuprum metallicum*) Acest remediu acționează în principal pe sistemul nervos și este utilizat pentru tratarea crampelor care pornesc de la degete și se extind la labele picioarelor și glezne. Este eficient pentru convulsiile și spasmele musculare din epilepsie, dar și în astm și tusea convulsivă, unde apare senzația de oprire a respirației.



Cupru Δ ▽

Acest metal de culoare galben-roșiatică a fost primul utilizat pentru fabricarea de unelte și arme. Pentru remediul homeopatic este utilizat sub formă de pudră.



Indicații principale

- Crampe ale labelor picioarelor și gleznelor.
- Epilepsie cu spasme musculare care încep la nivelul degetelor de la mâini și picioare și evoluează progresiv.
- Oboseală sau epuizare ca urmare a unui efort mental.
- Probleme respiratorii.

53 Ferrum phos./fier

(*Ferrum phosphoricum*) *Ferrum phos.* este utilizat la debutul infecțiilor și inflamațiilor, cum ar fi febrele cu instalare lentă și tusea seacă însoțită de dureri toracice, răcelile cu debut lent, laringita, cefaleea ameliorată de comprese reci, durerile auriculare, indigestia, reumatismul cu febră și dureri acute și stadiile inițiale ale dizenteriei. Persoanele care au nevoie de acest remediu nu agreează carnea și laptele și iubesc cafeina.

Vivianită ▽

Acest mineral este o sursă naturală de fosfat de fier din care se prepară remediul, de obicei pe cale chimică.



Indicații principale

- Stadiile inițiale în inflamații, febră și infecții, înainte de apariția altor simptome bine definite.
- Tuse și răceli cu instalare lentă, care pot debuta cu o hemoragie nazală.
- Puls rapid și slab.



54 Graphites/grafit

(*Graphites*) Este un remediu cheie pentru afecțiunile cutanate, în special eczemele cu secreții asemănătoare mierii, adesea localizate pe partea posterioară a urechilor și genunchilor, pe palmele mâinilor și pe mameloane. Este de asemenea benefică la persoanele cu un dezechilibru metabolic care poate produce afecțiuni cutanate ca psoriazis, crăpături ale pielii, plăgi infectate, cicatrici tisulare indurate și unghii îngroșate, friabile și deformate. Simptomele sunt ameliorate de căldură, somn și alimentație.



Indicații principale

- Afecțiuni cutanate, în special eczeme.
- Dezechilibre metabolice care duc la probleme cutanate și obezitate.
- Ulcer produs de afectarea mucoasei gastrice.

Grafit Δ▷

Acest mineral este prezent în rocile cristaline vechi, marmură și granit. Pentru prepararea remediei homeopate grafitul este transformat în pulbere.



55 Hepar sulph./sulfură de calciu

(*Hepar sulphuris calcareum*) Este utilizată pentru infecțiile sensibile la atingere, amigdalită, dureri auriculare, anumite afecțiuni cutanate, în faringitele însoțite de dureri auriculare la înghițire, sinuzită, tuse și gripă cu febră, strănut, transpirație și nevoia de căldură. Ajută la expulzarea puroiului în furuncule. Persoanele bolnave tratate cu acest remediu au adesea secreții urât mirositoare.



Indicații principale

- Infecțiile, mai ales cele purulente.
- Afecțiuni caracterizate prin durere acută, secreții cu miros neplăcut și sensibilitate la atingere.
- Faringită cu durere auriculară.



Δ Cochilie de scoică

Stratul intern al cochiliei de scoică este pisat înainte de prepararea mixturii.

◁ Sulf

Pentru prepararea remediei, se amestecă și se încălzește pudra obținută din cochilia de scoică.



56 Kali bich./bicromat de potasiu

(*Kali bichromicum*) Acest remediu ușurează afecțiunile mucoaselor, în special nazală, faringiană, vaginală, uretrală și gastrică. Este utilizat în bolile însoțite de secreții purulente, ca răcelile care evoluează

spre sinuzită. *Kali bich.* tratează problemele articulare cu dureri reumatice ce apar și dispar subit, de asemenea greața, vărsăturile cu mucus galben și migrenele cu debut nocturn. Simptomele se ameliorează la căldură și mișcare.



◁ Kali bich.

Acest remediu este preparat chimic din particule de bicromat de potasiu pur, ce are culoare portocalie.

Indicații principale

- Secreții consistente și aderente de culoare galbenă sau albă și alte tipuri de secreții.
- Dureri migratorii afectând tot organismul.

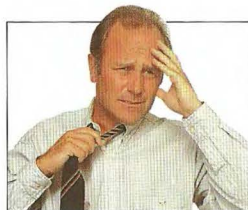
57 Kali phos./fosfat de potasiu

(*Kali phosphoricum*) Persoanele cu epuizare fizică și mentală, nervozitate și hipersensibilitate determinate de stresul extrem sau efortul excesiv beneficiază cel mai mult de acest remediu. Simptomele fizice ale epuizării includ sensibilitatea la frig, limbă cu un depozit de culoare galbenă, secreții galbene sau purulente, precum și astenie musculară extremă. Simptomele se ameliorează după ce persoana se alimentează.



◁ Fosfat de potasiu

Remediul este preparat chimic prin adăugarea de acid fosforic la o soluție de carbonat de potasiu.



Simptome de stres

Persoanele care necesită acest remediu prezintă transpirații la nivelul feței și capului după emoții sau mese.

Indicații principale

- Epuizare fizică și mentală însoțită de dorința de singurătate și sensibilitate marcată la frig.
- Secreții purulente.



58 Merc. sol./mercur

(*Hydragyrum metallicum*) Merc. sol.

Este eficient în afecțiuni însoțite de secreții abundente, mirositoare și sensibilitate asociată la căldură și frig. Este utilizat pentru afecțiuni ale gurii și faringelui însoțite de dorința de a bea băuturi reci. Merc. sol. este bun și pentru tulburări oculare, probleme nazale datorate unei răceli sau alergii și afecțiuni cutanate însoțite de vezicule și ulcerații.



Indicații principale

- Afecțiuni însoțite de secreții abundente cu miros puternic; sensibilitate la căldură și frig.
- Afecțiuni ale gurii și faringelui, cum ar fi amigdalita.



◁△ Mercur

Întâlnit în mineralul denumit cinabru (maisus). Mercurul lichid este apoi dizolvat în acid azotic diluat. Precipitatul rezultat este apoi pulverizat pentru a prepara remediul.

59 Natrum mur./sare gemă

(*Natrum muriaticum*) Homeopații

administrează acest remediu pentru probleme emoționale determinate de reprimarea mâhnirii și altor emoții. Natrum mur. este utilizat pentru tratarea afecțiunilor însoțite de secreții apoase, ca răcelile și catarul cu mucus clar, abundent. Este benefic și în tulburările determinate de expunerea la căldură sau soare puternic, cum ar fi migrenele, cefaleea și herpesul.

▽ Sare gemă

Denumită și clorură de sodiu, sarea gemă se formează prin evaporarea apei sărate, fiind apoi utilizată pentru prepararea remediului.

Indicații principale

- Probleme emoționale produse de reprimarea sentimentelor, în special a durerii.
- Afecțiuni însoțite de secreții cu aspect asemănător albușului de ou.
- Afecțiuni agravate de căldură.





60 Phos./fosfor

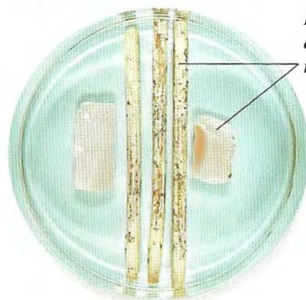
(*Phosphorus*) Acest remediu se administrează în anxietăți și fobii care produc tensiune nervoasă, insomnie și epuizare. *Phos.* este utilizat pentru tratarea problemelor circulatorii, hemoragiilor nazale abundente, gingivoragii, flux menstrual abundent sau hemoragii ale mucoasei gastrice. Tulburările digestive și anumite probleme respiratorii (astmul, bronșita și pneumonia) sunt ameliorate.



Fosforul este foarte inflamabil

Indicații principale

- Anxietate și teamă.
- Probleme hemoragice și circulatorii.
- Afecțiuni digestive.
- Tulburări respiratorii.
- Afecțiuni caracterizate prin durere puternică.



<Δ Fosfor

Mineralul din care este preparat remediul este unul dintre cele mai importante pentru viață. Se găsește în oase și fluidele organismului.

61 Silicea/cristal de stâncă

(*Silicea terra*) Silicea este utilizat în principal pentru subnutriția care duce la slăbirea sistemului imunitar, dar și în infecții recurente, cum ar fi guturaiul, gripa și infecțiile otice. Este eficient pentru afecțiuni ale pielii și oaselor: tegumente pătate, unghii friabile, fracturi cu vindecare lentă și întârzierea închiderii fontanelor. Este benefic de asemenea în problemele sistemului nervos.



▽ Δ Siliciul

Este principalul constituent al majorității rocilor, cum ar fi cremenea (sus) și cristalul de stâncă (stânga). Totuși, pentru obținerea remediului homeopatic siliciul este de obicei preparat chimic.

Indicații principale

- Infecții recurente produse de subnutriția generală.
- Probleme cutanate și osoase.
- Expulzarea corpurilor străini.
- Probleme nervoase.





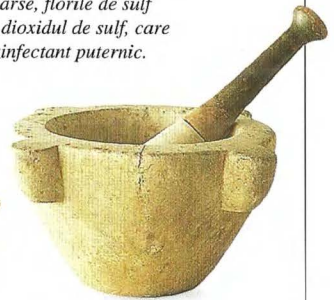
62 Sulf

(*Sulphur*) Este util în afecțiunile cutanate, ca eczema, aftele sau rash-ul în care pielea are permanent un aspect murdar și este uscată, cu descumare și mâncărime, caldă și roșie, ca și în caz de uscăciune a scalpului. Acuzele digestive ameliorate de acest remediu includ tendința de a regurgita alimentele, indigestia agravată de ingestia de lapte, vărsăturile și diareea cronică, hemoroidii și mâncărime anală. La femei, este benefic atât în SPM (Sindrom premenstrual), cât și la menopauză.



Flori de sulf ▷

Din sulful mineral se extrag particule de pudră fină, galbenă. Când sunt arse, florile de sulf eliberează dioxidul de sulf, care este un dezinfectant puternic.



△ Pulverizarea

Florile de sulf sunt întâi pulverizate și apoi dizolvate în alcool, obținându-se remedii homeopatic.



△ Sulful mineral

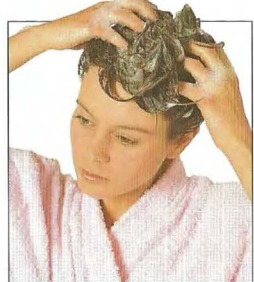
Acesta se găsește în apropierea craterelor vulcanice și a izvoarelor calde din Italia și SUA.

Indicații principale

- Afecțiuni cutanate, ca eczema, în care pielea prezintă mâncărimi, este inflamată și caldă.
- Tulburări digestive.
- Acuze ginecologice.
- Stres mental cu lipsă de energie și voință, tendință de a uita, iritabilitate și indecizie.

Scalp uscat ▷

Una din afecțiunile cutanate care beneficiază de sulf este uscăciunea scalpului. Scărpinarea scalpului duce la agravarea mâncărimii.





UTILIZAREA REMEDIILOR

63 Instrucțiuni esențiale

Deși este întotdeauna înțelept să cereți ajutorul unui medic sau homeopat pentru afecțiunile cronice cu evoluție îndelungată, sau în cazul agravării simptomelor, multe tulburări comune pot fi tratate acasă utilizând remedii homeopatice disponibile în farmacii. Deoarece remediile au fost diluate în mod repetat, ele sunt sigure și nu au efecte adverse pe termen lung. Alegeți un remediu cât mai adaptat simptomelor dumneavoastră, citind informațiile de pe prospect.



◁ Sigure pentru copii?

Deoarece remediile sunt foarte diluate, ele sunt foarte sigure pentru copii, chiar dacă se iau din greșeală mai multe tablete.

Limită de vârstă? ▷

Remediile homeopatice sunt la fel de sigure pentru vârstnici ca pentru oricine altcineva. Remedii alese trebuie să fie adaptat cât mai bine posibil simptomelor.



Mamele care alăptează

Mamele pot lua remedii homeopatice în perioada de alăptare, acestea nefiind primejdioase pentru copil. Încercați să le evitați în cursul sarcinii și consultați un homeopat.

Consultarea unui homeopat

- Dacă aveți dubii asupra autotratamentului, consultați mai întâi un homeopat.
- Consultați un homeopat pentru afecțiunile recurente.
- Dacă simptomele se agravează pentru mai mult decât câteva ore, cereți ajutor medical.
- Dacă simptomele nu se ameliorează în intervalul de timp prescris pentru administrarea remediei, consultați un medic.



64 Depozitarea remediilor homeopatice

Remediile trebuie depozitate într-un loc răcoros și întunecat, la distanță de alimente sau alte produse cu miros puternic. Cel mai bine este să utilizați flacoane de sticlă brună și să vă asigurați că sunt închise etanș. Dacă sunt depozitate corespunzător, remediile se vor păstra

tra timp de mulți ani. Ca și medicamentele, nu trebuie lăsate la îndemâna copiilor, deși remediile luate în exces nu vor produce mai mult decât o diaree tranzitorie.

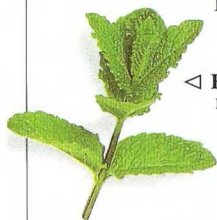


Flacon de sticlă brună

65 Obținerea unui beneficiu maxim

Nu luați mai multe remedii în același timp. Nu atingeți remediul: plasați-l direct pe limbă dintr-o lingură curată și uscată, și nu îl luați

împreună cu alimente sau băuturi, ci așteptați 30 minute. Evitați parfumurile și utilizarea de detergenți cu miros puternic. Unele uleiuri esențiale au un efect de antidot.



◁ Frunză de mentă

Ce trebuie evitat ▷

Cafeaua, alcoolul, tutunul, alimentele condimentate și orice are o aromă puternică de mentă poate neutraliza remediul.



66 Doza corectă

Remediile homeopatice trebuie luate la nevoie și întrerupte cât mai curând posibil. Dacă simptomele se agravează poate fi un semn că remediul funcționează, dar această agravare ar trebui să dureze numai câteva ore și apoi ar trebui să vă simțiți mai bine. Dacă acest

lucru se întâmplă, nu mai luați remediul și lăsați sistemul imunitar să funcționeze. Dacă nu apare nici o ameliorare, trebuie să consultați un medic.



Tablete de lactoză



AFECȚIUNI MINORE

67 Dureri musculare

Simptomele reumatismului pot fi produse de infecția virală sau alergia la alimente, sau poate exista o boală articulară subiacentă. Durerea poate fi constantă sau variabilă în intensitate, în funcție de modificările meteorologice sau hormonale. Crampele se produc datorită spasmului muscular prin lipsa oxigenării și acumularea produșilor de metabolism. Durerea musculară acută poate fi datorată unei leziuni a fibrelor musculare, tendoanelor și ligamentelor, și produce rigiditate, tumefacție și limitarea mișcărilor. Consultați un medic pentru toate leziunile, în afara celor minore. Medicina ortodoxă nu a identificat încă etiologia sindromului „picioarelor neliniștite”. Acesta se datorează adesea unor probleme ale sistemului nervos și majoritatea pacienților au un deficit de fier.

Crampe ale picioarelor sau gambelor ▷

Crampele sau spasmele musculare pot fi produse de oboseala în urma efortului excesiv sau prin pierderea de sare din organism prin transpirație sau vărsături.



Consultați un medic

- Dacă durerile musculare (și osteoarticulare) devin severe și persistente, consultați un medic în interval de 12 ore.
- Chiar dacă nu apare nici o agravare, dacă durerea nu a răspuns la remediul homeopatic adecvat în 14 zile, consultați un medic.
- Îmbunătățirea dietei și suplimentele nutriționale pot ameliora pe termen lung durerile musculare.

AFECȚIUNE

SIMPTOME

REMEDIU

Crampe severe ale picioarelor sau gambelor

Debutează cu contracția mușchilor, ducând la spasme musculare violente.

Bryonia
vezi p. 25



Crampe prin febră musculară

Durere după efort excesiv; membrele se simt ca și cum ar fi fost bătute.

Cuprum met.
vezi p. 40



Sindromul „picioarelor neliniștite”

Mișcări necontrolate, parestezii subcutanate (senzație de gădilare), senzație de arsură.

Rhus tox.
vezi p. 34





68 Dureri osteoarticulare

Gripa este o cauză frecventă de dureri osoase, iar inactivitatea, postura defectuoasă, poziția incomodă de lucru sau o problemă emoțională concomitentă pot determina dureri articulare și musculare. Osteoartrita cauzată de deteriorarea cartilajului articular care acoperă articulațiile, ca rezultat al vârstei, obezității, traumatismelor sau uzurii, determină limitarea mișcărilor, dureri și ocazional inflamație acută. Multe persoane peste 40 de ani suferă adesea la nivelul articulațiilor majore, care poartă greutatea corpului. Tratamentele de mai jos, suplimentele nutriționale și naturiste pot fi utile.



Artralgia este frecventă la persoanele vârstnice

AFECȚIUNE	SIMPTOME	REMEDIU
Durere cu rigiditate	Mișcări necontrolate, rigiditate și dureri la nivelul articulațiilor afectate în timpul mersului.	<i>Rhus tox.</i> vezi p. 34
Durere severă la mișcări	Tumefacție și dureri articulare intense la cea mai mică mișcare.	<i>Bryonia</i> vezi p. 25
Durere însoțită de plâns	Probleme emoționale; durerea migrează de la o articulație la alta; dorință de compasiune.	<i>Pulsatilla</i> vezi p. 33
Durere agravată de traumatisme	Durere sensibilă la atingere, dificultăți la mișcare; șoc; dorință de singurătate.	<i>Arnica</i> vezi p. 24
Durere declanșată de mișcări	Dureri agravate de mișcare și ameliorate de repaus; durerea este asociată cu lentoare.	<i>Bryonia</i> vezi p. 25
Dureri reumatice însoțite de plâns	Durerea migrează de la o articulație la alta; dorință de compasiune și consolare.	<i>Pulsatilla</i> vezi p. 33
Dureri ameliorate de mișcări ușoare prelungite	Rigiditate mai accentuată la trezirea din somn; se ameliorează după mișcare; agitație.	<i>Rhus tox.</i> vezi p. 34
Rigiditate prin contracția tendoanelor	Dureri cu spasme musculare la nivelul mandibulei și gâtului; rigiditatea gâtului; durere musculară intensă.	<i>Causticum</i> Consultați homeopatul privind detalii despre acest remediu.
Durere a tendoanelor	Durerea apare după leziuni ale tendoanelor sau contuzii osoase însoțite de dureri.	<i>Ruta grav.</i> vezi p. 34

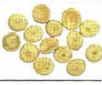




69 Cefalee și migrene

Exceptând cazul unui traumatism, homeopatii consideră cefaleea și migrena simptome ale unui dezechilibru al organismului. Tensiunea

musculară, reumatismul la nivelul gâtului, sinuzita sau SPM dau dureri de cap, iar migrena (cefalee severă) poate avea cauze hormonale.

AFECȚIUNE	SIMPTOME	REMEDIU	
Cefalee violentă cu debut brusc	Durere severă apărută brusc; creierul pare prea mare; senzația de constricție în jurul capului; anxietate.	<i>Aconite</i> vezi p. 22	
Cefalee pulsatilă după expunerea la căldură	Durere de cap pulsatilă; fața devine roșie, pupile dilatate; delir.	<i>Belladonna</i> vezi p. 25	
Cefalee explozivă	Durere ascuțită la mișcările ochilor; senzația de explozie a capului; lipsa dorinței de comunicare.	<i>Bryonia</i> vezi p. 25	
Cefalee produsă de stres emoțional	Durere foarte severă; senzația de constricție la nivelul frunții sau durere severă pe partea laterală a capului.	<i>Ignatia</i> vezi p. 30	
Cefalee produsă de tensiunea musculară a gâtului	Senzație de presiune la vârful capului, în întreg capul; dureri oculare; rigiditatea sau spasmul gâtului.	<i>Cimic.</i> vezi p. 26	
Cefalee produsă de mahmureală, cu greață	Senzație de greutate pe cap; amețeală; tendința de a fi hipercritic.	<i>Nux vomica</i> vezi p. 32	
Migrenă pulsatilă	Debutează cu amorțire și furnicături la nivelul limbii și buzelor; durere severă pulsatilă.	<i>Natrum mur.</i> vezi p. 43	
Migrenă acompaniată de plâns	Asociată cu tulburări de dispoziție; senzație de explozie a capului; plâns.	<i>Pulsatilla</i> vezi p. 33	

70 Mahmureală

Când sunteți mahmuri după consumul de alcool, încercați să dormiți, să păstrați temperatura corpului și aplicați presiune pe partea dureroasă a capului. Spălarea părului poate avea uneori efect calmant. Evitați zgomotul, consumul suplimentar de alcool, atingerea și vântul rece.



◁ Beția

Prevenția este întotdeauna mai bună decât tratamentul, deci mai bine controlați consumul de alcool și beți multă apă.



71 Dinți, gură și gingii

Deși frecvente, problemele legate de dinți, cavitatea bucală și gingii pot fi prevenite printr-o bună igienă orală, controale regulate și

consumul de alimente fibroase fără glucide. Dacă apar febra și umflarea feței sau senzația de cădere a dintelui, consultați rapid un dentist.

AFECȚIUNE	SIMPTOME	REMEDIU
Durere dentară pulsatilă	Gingiile și obrajii sunt calde, dureroase și tumefiate; durerea este oscilantă.	<i>Belladonna</i> vezi p. 25
Hemoragii gingivale și respirație cu miros neplăcut	Gingii dureroase care sângerează cu ușurință; hipersalivație, senzație de cădere a dinților.	<i>Merc. sol.</i> vezi p. 43
Tumefacție și hemoragii gingivale cu ulceratii	Gust de puroi; dinți sensibili la cald și frig; posibile ulceratii bucale și afte.	<i>Natrum mur.</i> vezi p. 43
Ulceratii bucale dureroase	Gură uscată, dureri, anxietate.	<i>Arsen. alb.</i> vezi p. 37
Herpes pe buze și perioral	Gură uscată; buze tumefiate, cu vezicule; buza inferioară crăpată; dorința de a rămâne singur.	<i>Natrum mur.</i> vezi p. 43
Halenă fetidă cauzată de carii sau inflamație gingivală	Respirația și transpirația au un miros neplăcut; hipersalivație; limba este galbenă și încărcată.	<i>Merc. sol.</i> vezi p. 43
Disconfort imediat după tratament stomatologic	Disconfort după orice lucrare dentară, în special când au existat traumatisme.	<i>Arnica</i> vezi p. 24
Durere persistentă după un tratament stomatologic	Durerea persistă după disconfortul inițial sau revine după dispariția anesteziei.	<i>Hypericum</i> vezi p. 29

72 Otagii

Toate otalgiiile, mai ales la copii, trebuie consultate de un medic. Acestea pot fi produse de acumularea de ceară sau de o infecție a urechii externe, medii sau interne, de exemplu după o răceală. Tempe-

raturile extreme scad capacitatea organismului de a lupta cu infecția. Până la consultarea unui medic, luați *Hepar sulph.* (vezi p. 41) pentru durerile acute și *Belladonna* (vezi p. 25) pentru durerile pulsatile.



73 Afecțiuni oculare

Astenopia (senzația de ochi obosiți) poate fi produsă de suprasolicitare sau de lucrul la lumină slabă. Stresul, în special după un șoc emoțional, poate slăbi mușchii oculari și poate produce astenopie. Conjunctivita sau blefarita (tumefierea mucoasei palpebrale) sunt produse de o infecție sau alergie și sunt agravate de statul în spații închise, caldură și lumină. Orjeletul (ulciorul) este un mic abces purulent format la baza genelor produs de infecție sau oboșală. Factori care slăbesc capacitatea sistemului imunitar de a lupta cu infecțiile, ca temperaturile extreme, oboșala și stresul pot agrava afecțiunile oculare.



Colir homeopatic

Adăugați două picături de tinctură bază de *Euphrasia* la o soluție salină de apă rece pentru a obține picături de ochi cu efect calmant.



< Euphrasia

Această mică plantă sălbatică utilizată pentru prepararea remediului a fost menționată pentru prima dată ca remediu pentru ochi în secolul 14.

Precauții

Întotdeauna consultați un medic dacă:

- Conjunctivita nu se ameliorează în 24 ore
- Orjeletul nu se ameliorează în șapte zile.

AFECTIUNE	SIMPTOME	REMEDIU
Dureri oculare la mișcare	Durere surdă la mișcarea ochilor în sus, în jos sau lateral; inacceptarea compasiunii.	<i>Natrium mur.</i> vezi p. 43
Dureri oculare	Senzație de arsură și tensiune după citit prelungit; ochii sunt roșii și calzi; cefalee.	<i>Ruta grav.</i> vezi p. 34
Pleoape umflate cu secreție și senzație de arsură	Secreție oculară continuă, tendința de a clipi frecvent, vezicule pe partea internă a pleoapelor.	<i>Euphrasia</i> vezi p. 28
Tumefierea ochilor cu mâncărime a pleoapelor	Ochi roșii și inflamați; mici abcese purulente; posibil depresie.	<i>Pulsatilla</i> vezi p. 33
Ochi tumefiați și dureroși	Orjeletul debutează sub formă de mici abcese la baza genelor și dezvoltă apoi un vârf purulent.	<i>Staphysagria</i> Consultați homeopatul pentru detalii privind acest remediu.





74 Febra fânului și alte alergii

La fel ca ochii și urechile, nasul este continuu asaltat de particule de praf, spori, substanțe chimice, viruși, bacterii, fum și poluare, care pot produce probleme. Febra fânului sau rinita alergică reprezintă o reacție alergică sezonieră la substanțe iritante din aer - de obicei polen. Dacă persistă pe tot parcursul anului, se datorează de obicei părului de animale sau prafului. Dacă sunteți alergici, includeți în dieta zilnică multe fructe și legume proaspete și luați suplimente cu magneziu și vitamina C, întrucât un deficit de vitamine și minerale esențiale poate spori sensibilitatea la boală.



Tendința de a strănuta

Anumite forme ale febrei fânului sunt caracterizate prin strănut violent. Din păcate, de obicei strănutul nu ameliorează afecțiunea.

AFECȚIUNE	SIMPTOME	REMEDIU
Febra fânului cu secreție nazală	Secreție nazală usturătoare și abundentă; durere la nivelul frunții; iritație laringiană; secreții oculare.	<i>Allium</i> vezi p. 23
Febra fânului cu tendință constantă la strănut	Secreție nazală consistentă după 3-4 zile de strănut violent; nări dureroase; dureri faringiene.	<i>Arsen iod.</i> Consultați homeopatul pentru detalii privind acest remediu.
Febra fânului cu afectarea în principal a ochilor	Tumefacție și sensibilitate oculară; secreție usturătoare; secreții nazale.	<i>Euphrasia</i> vezi p. 28
Febra fânului cu faringită	Dureri faringiene, adesea pornind de pe partea stângă; dureri la înghițire; faringe uscat; secreții oculare; strănut.	<i>Sabadilla</i> Consultați homeopatul pentru detalii privind acest remediu.



75 Alopecia

Pierderea părului este întâlnită atât la bărbați, cât și la femei odată cu înaintarea în vârstă, deși alopecia este ereditară și apare mai ales la bărbați. Ea poate fi produsă și de febră, naștere, șoc, stres, excesul sau deficitul de vitamina A sau seleniu (ambele se găsesc în

legume, pește și ouă). Dacă apare o pierdere bruscă, inexplicabilă a părului, este bine să consultați un medic. Dacă părul cade prematur sau devine grizonat după naștere sau datorită îmbătrânirii, luați *Lycopodium* (vezi p. 31). Doza este de 6c la 12 ore timp de o lună.



76 Afecțiuni cutanate

Homeopații privesc afecțiunile pielii mai degrabă ca o reflectare a stării globale de sănătate, decât ca o boală locală. Stresul sau subnutriția pot avea manifestări cutanate, deși alergია și infecția pot fi cauzele lor. Absența efortului fizic, constipația, zahărul, condimentele, cafeina și alcoolul sunt principalii factori agravanți.



Acneea

Nu stoarceți niciodată coșurile; spălați cu mare atenție.

AFECȚIUNE	SIMPTOME	REMEDIU
Eczemă umedă cu secreție de culoarea mierii	Piele aspră, uscată sau crăpată, mai ales pe palme și în spatele urechilor; posibilitate de infecție.	<i>Graphites</i> vezi p. 41
Eczemă uscată	Piele uscată, aspră, roșie și mâncărime asociate cu diaree, dietă inadecvată și consum de alcool.	<i>Sulphur</i> vezi p. 45
Eczemă umedă cu piele care crapă ușor	Piele sensibilă, aspră, crăpată, cu infecții purulente și hemoragii; crustele produc mâncărime.	<i>Petroleum</i> Întrebați homeopatul pentru detalii despre acest remediu.
Puncte negre pruriginoase pe față, torace și umeri	Puncte negre; pustule cu centru deprimat; asociere cu apetit sexual excesiv.	<i>Kali brom.</i> Întrebați homeopatul pentru detalii despre acest remediu.
Coșuri mari, dureroase, purulente	Extrem de dureroase la palpare; punctele negre sunt mai severe pe frunte.	<i>Hepar sulph.</i> vezi p. 41
Coșuri asociate cu un dezechilibru hormonal	Acneea se agravează la pubertate, odată cu începerea menstruației; apare mai ales la supraponderali.	<i>Pulsatilla</i> vezi p. 33
Tumefacție, mai ales pe buze și pleoape	Piele roșie, tumefiată, cu senzație de arsură; posibil depresie; inflamație faringiană.	<i>Apis</i> , vezi p. 18 Consultați medicul pt. inflamație faringiană.
Urticarie cu erupție violent pruriginoasă	Senzație de arsură pe mâini și degete; erupție ușor proeminentă, roșie sau palidă cu mâncărimi.	<i>Urtica</i> vezi p. 35
Furuncule în stadiu inițial	Tegumentul afectat este tumefiat și indurat, uscat, cu durere, roșeață, senzație de pulsație și arsură.	<i>Belladonna</i> vezi p. 25
Furuncule în stadii terminale, după formarea puroiului	Durere la cea mai mică atingere; furunculul este pe punctul de a se deschide.	<i>Hepar sulph.</i> vezi p. 41





77 Probleme hormonale

Problemele fizice și emoționale legate de ciclul reproductiv se datorează în general unui dezechilibru hormonal impunându-se și evaluarea stilului de viață. Consultați un medic dacă problemele legate de secreție nu dispar în 5 zile, dacă apar modificări ale ciclului menstrual sau hemoragii neregulate la menopauză.

Precauții în timpul sarcinii

Luați remedii homeopatice în timpul sarcinii numai dacă este necesar. Greața matinală, urinarea frecventă, durerile sânilor, durerile cardiace și cele din travaliu pot fi ameliorate, dar consultați un homeopat pentru indicații.

AFECȚIUNE	SIMPTOME	REMEDIU
Secreție lăptoasă, însoțită de mâncărimi	Mâncărimea se agravează după urinare și înaintea menstruației; cefalee cronică; anxietate.	<i>Calc. carb.</i> vezi p. 38
Secreții abundente	Prurit vulvo-vaginal, inflamație și senzație de arsură; ulceratii; secreția este mai abundentă după raportul sexual.	<i>Sepia</i> vezi p. 21
Secreție însoțită de dureri	Secreția produce prurit; diaree și constipație alternante; durere în timpul actului sexual.	<i>Sulphur</i> vezi p. 45
SPM cu retenție de lichid, tumefacție și sensibilitate a sânilor	Articulații dureroase; lipsă de energie; depresie; pierderea capacității de concentrare; plâns.	<i>Calc. carb.</i> vezi p. 38
SPM cu depresie extremă	Depresie, autocompătămire, plâns fără motiv; anxietate; dorința de a mânca dulciuri; cefalee.	<i>Pulsatilla</i> vezi p. 33
Menstruație abundentă și creștere ponderală	Sânge de culoare roșu aprins; crampe; menstruație neregulată; dureri de spate; cefalee; stângăcie.	<i>Calc. carb.</i> vezi p. 38
Menstruație abundentă, leșin și iritabilitate	Crampele severe produc leșin; tulburări vizuale; secreții însoțite de mâncărime; transpirații; plâns.	<i>Sepia</i> vezi p. 21
Crampe menstruale dureroase cu plâns	Durerea severă poate produce greață și vărsături; durere severă în abdomenul inferior; diaree.	<i>Pulsatilla</i> vezi p. 33
Oprirea bruscă a menstruației	Dureri ovariene; dureri uterine ascuțite; teamă, anxietate și nervozitate.	<i>Aconite</i> vezi p. 22
Menopauză cu aversiune față de actul sexual	Dureri vaginale în timpul actului sexual datorită anxietății, menstruației abundente și neregulate.	<i>Sepia</i> vezi p. 21



TUSE ȘI RĂCELI

78 Răceala și gripa

Răceala și gripa sunt produse de infecții virale. Ambele apar când sistemul imunitar este slăbit și organismul este mai susceptibil la infecții.

Aceasta se poate datora unei diete precare, expunerii la condiții meteorologice de uscăciune, frig sau vânt, cap ud, repaus insuficient sau stres emoțional. Homeopatia pune accentul pe tratarea dezechilibrului sistemului imunitar, precum și a infecției. Dacă febra nu dispăre în patru zile, consultați un medic.

Gelsemium ▷ Acest remediu se administrează în afecțiunile febrile, deși rădăcina din care este preparat este toxică.



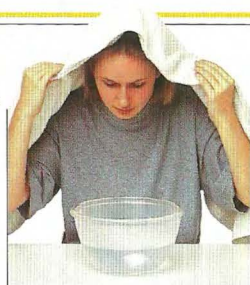
AFECTIUNE	SIMPTOME	REMEDIU
Răceli cu debut lent	Senzație de arsură în gură; faringe inflamțat; febră moderată; posibile hemoragii nazale.	<i>Ferrum phos.</i> vezi p. 40
Răceli și iritabilitate	Răceală, nasul curge în timpul zilei și este înfundat noaptea, catar ocular, strănut, cefalee.	<i>Nux vomica</i> vezi p. 32
Stadiile inițiale ale guturailui însoțit de strănut	Strănut violent, nas înfundat, dorința de a fi singur, respingerea compasiunii.	<i>Natrum mur.</i> vezi p. 43
Guturai cu mucus galben	Nas înfundat noaptea, dar care curge în timpul zilei; mucus de culoare galbenă; pierderea mirosului.	<i>Pulsatilla</i> vezi p. 33
Gripă cu febră mare	Febră mare cu debut brusc; față roșie, congestionată; faringe dureros; privire fixă; posibil delir.	<i>Belladonna</i> vezi p. 25
Gripă cu frisoane și astenie	Absența senzației de sete în pofida febrei; faringe dureros; cefalee; oboseală; dureri osoase.	<i>Gelsemium</i> vezi p. 28
Gripă cu cefalee pulsatilă severă	Cefalee violentă, agravată de tuse și mișcările ochilor; deshidratare; iritabilitate.	<i>Bryonia</i> vezi p. 25





79 Catar și sinuzită

Catarul reprezintă o secreție de mucus fluid sau aderent care poate înfunda nasul, producând durere. Poate fi produs de o infecție sau alergie. Poluarea irită mucoasele și determină producția suplimentară de mucus, în tentativa de a îndepărta iritația. Sinuzita apare când sinusurile sunt iritate sau inflamate și se umplu cu secreții, creând presiune și durere. Cauza poate fi poluarea, fumatul sau infecțiile virale. Dacă durerea este severă și persistă, consultați un medic în interval de 12 ore.



Inhalatii

Inhalatiile pot ameliora congestia sinusurilor, senzația de presiune și durerea.

◁ Hydrastis canadensis

Remediul Hydrastis, preparat din rădăcina plantei, este utilizat pentru tratarea catarului și sinuzitei.

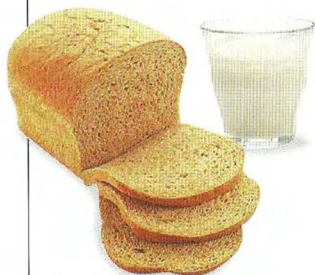
AFECTIUNE	SIMPTOME	REMEDIU
Mucus alb, consistent	Apare odată cu dispariția inflamației în cazul unei răceli; secreția provine din nas sau faringele inferior.	<i>Kali mur.</i> Consultați homeopatul în legătură cu acest remediu
Mucus cataral, asemănător cu albușul de ou	Pierderea gustului și mirosului; mucus excesiv, transparent și abundent.	<i>Natrum mur.</i> vezi p. 43
Catar cu secreție nazală constantă	Nasul curge; secreție de culoare galbenă; secreții nazofaringiene; mici ulceratii nazale.	<i>Hydrastis</i> vezi mai sus
Catar cu sensibilitate extremă la mirosurile puternice	Dureri nazale datorate crustelor; posibile hemoragii nazale; hipersensibilitate olfactivă.	<i>Graphites</i> vezi p. 41
Sinuzită cu secreție vâscoasă	Mucus vâcos, galben-verzui, senzație de blocaj, strănut violent; pierderea mirosului.	<i>Kali bich.</i> vezi p. 42
Sinuzită însoțită de plâns	Dureri deasupra ochilor sau la nivelul pometului drept; mucus galben; nas înfundat; plâns.	<i>Pulsatilla</i> vezi p. 33
Sinuzită cu sensibilitate facială	Oasele feței sunt sensibile la cea mai mică atingere; secreție galbenă abundentă; strănut; iritabilitate.	<i>Hepar sulph.</i> vezi p. 41



80 Tusea

Apare de obicei ca urmare a unei iritații a mucoasei căilor respiratorii, de exemplu datorită secrețiilor din timpul unei răceli, fumatului sau polenului la bolnavii de febra fânului. Pentru a elimina iritația, plămânii creează o presiune de aer care este expulzat brusc. Tusea poate fi uscată sau produc-

tivă (cu expectorație). Dacă este acompaniată de febră ridicată, dificultate în respirație și/sau durere toracică severă, consultați un medic. De asemenea, dacă nu apare nici o ameliorare în primele două zile a tusei care a debutat ca urmare a inhalării de praf sau fum, consultați un medic.



◁ **Alimente bogate în amidon și produse lactate**
Dacă tușiți și expectorați abundent, evitați produsele lactate și alimentele bogate în amidon, ca pâinea și cartofii, întrucât acestea pot crește cantitatea de mucus.



Siropuri de lămâie și mierea ursului ▷

Există multe siropuri homeopatice și naturiste. Acestea sunt de preferat celor tradiționale, care pot produce uneori somnolență.



Δ Lămâie și miere

Beți multe lichide în caz de tuse. Apă fierbinte cu lămâie și miere poate fi foarte benefică.

AFEȚIUNE

SIMPTOME

REMEDIU

Tuse uscată, iritativă, cu debut brusc

Tuse uscată, cavernoasă; senzație de sete; adesea temperatură mare; anxietate și sensibilitate la fum.

Aconite
vezi p. 22



Durere toracică după tuse

Cefalee agravată de cel mai mic acces de tuse; sete extremă; senzație de deshidratare; poate fi însoțită de febră.

Bryonia
vezi p. 25



Tuse cu catar vâcos de culoare verde

Mucus de culoare verde care după expectorație lasă un gust neplăcut în gură; inapetență; limbă cu depozit albicios; fără senzație de sete.

Pulsatilla
vezi p. 33





81 Afecțiuni laringo-faringiene

Afecțiunile laringo-faringiene produc dificultate în respirație și înghițire și variază în severitate, de la o faringită moderată până la amigdalită sau laringită acută. Simptomele obișnuite includ uscăciunea mucoaselor bucală și faringiană, răgușeală, respirație și salivă cu miros și gust neplăcut, oboseală și febră. Faringitele recurente indică slăbirea sistemului imunitar. Dacă apare și febră, consultați un medic.



Gargară calmantă

Preparați o soluție apoasă din câte cinci picături de calendula și hypericum.

AFECTIUNE	SIMPTOME	REMEDIU
Faringită acută, dureroasă	Angină instalată brusc, determinând anxietate, tegumente deshidratate și calde, sete, faringe dureros.	<i>Aconite</i> vezi p. 22
Durere extinsă la gât și urechi	Gust neplăcut în gură, dureri la înghițire, senzație alternativă de cald și rece, cap greu, slăbiciune.	<i>Gelsemium</i> vezi p. 28
Faringe roșu, inflamât	Dureri intense, faringe lucios, roșu, inflamât și iritabil.	<i>Apis</i> vezi p. 18
Amigdalită cu dureri interne iradiate în cap	Faringe dureros, pusee de durere la mișcări, rigiditatea gâtului, față roșie, febră înaltă.	<i>Belladonna</i> vezi p. 25
Amigdalită cu dureri faringiene acute	Senzație de corp străin în gât; respirație cu miros neplăcut, tuse cu expectorație purulentă, tendință la frisoane.	<i>Hepar sulph.</i> vezi p. 41
Amigdalită cu halenă fetidă	Faringele de culoare roșu închis, dureros și inflamât; dureri la înghițire; limbă umflată, cu depozit galben.	<i>Merc. sol.</i> vezi p. 43
Laringită cu febră înaltă	Răgușeală și pierderea vocii; debutul brusc produce anxietate; agitație.	<i>Aconite</i> vezi p. 22
Laringită cu tuse uscată	Dureri laringo-faringiene, răgușeală sau pierderea vocii, vorbitul produce dureri; dorința de a consuma băuturi reci.	<i>Phos.</i> vezi p. 44
Pierderea vocii produsă de cântatul sau tipatul excesiv	Laringe iritabil, vocea este slabă, răgușeală.	<i>Argent. nit.</i> vezi p. 36



PROBLEME EMOTIIONALE

82 **Anxietate și stres**

Sunt foarte frecvente, fiind produse de suprasolicitare, frică sau sentimentul de insecuritate. Se pot manifesta fizic prin puls rapid, piele rece și umedă și tulburări ale apetitului. Dacă anxietatea severă produce dureri toracice, chemați salvarea.

Evitați cafeina ▷

Băuturile tip cola, ceaiul și cafeaua trebuie evitate în caz de anxietate.



AFECTIUNE	SIMPTOME	REMEDIU
Anxietate cu pierderea încrederii în sine	Teama de a apare în public; nu poate dormi deoarece își aminteste evenimentele din cursul zilei.	<i>Lycopodium</i> vezi p. 31
Anxietate cu agitație	Senzație de frig, oboseală, tulburări ale apetitului, piele rece și umedă, puls rapid, caracter dificil.	<i>Arsen. Alb.</i> vezi p. 37
Anxietate ameliorată de reasigurare (din partea altora)	Nervozitate, sensibilitate față de alții, dar dorește să fie în centrul atenției; fobii față de multe lucruri, cum ar fi întunericul.	<i>Phos.</i> vezi p. 44

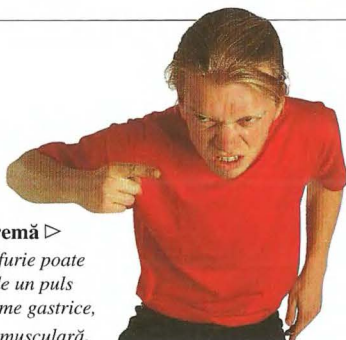


83 **Furie**

Împreună cu iritabilitatea, reprezintă un răspuns natural la evenimentele care par amenințătoare sau înfricoșătoare, și poate fi produsă de suprasolicitare, excese alimentare și alcoolice, oboseală sau frica de evenimentele care vor urma. Efortul fizic este benefic în caz de furie și iritabilitate.

Furie extremă ▷

O criză de furie poate fi însoțită de un puls rapid, spasme gastrice, și tensiune musculară.





84 Oboseală și insomnie

Oboseala se datorează de obicei somnului insuficient, stresului fizic sau emoțional sau suprasolicității, deși poate fi legată și de o anemie sau carență de vitamine sau minerale. Necesită repaos, somn suplimentar, suplimente de vitamine și minerale. Insomnia se poate datora nopților pierdute, stresului, alergiilor alimentare sau depresiei, și duce la epuizare severă și tulburarea somnului: dificultăți în a adormi și trezire frecventă. Dacă nu se ameliorează în trei săptămâni, consultați un medic.



◁ Stimulente

Cafeina în exces poate produce insomnie, ca și alcoolul, alergia alimentară, stresul, anxietatea sau depresia. Evitați să mâncați seara târziu.



Δ Program de relaxare

Cu o oră înainte de culcare beți un ceai de plante, faceți o baie caldă și citiți ceva înainte de a adormi.

85 Șoc emoțional

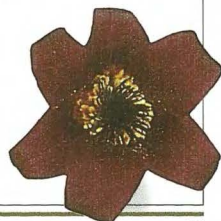
Șocul este o reacție la un eveniment care produce frică sau tristețe, sau poate surveni ca urmare a unui traumatism. Dacă este însoțit de greață și vărsături, leșin sau tulburări de conștiință, chemați o ambulanță. *Gelsemium* și *Aconite* (vezi p. 22 și 28) sunt benefice pentru persoanele în stare de șoc. Șocul emoțional după o pierdere grea are patru stadii: sentiment de irealitate; negare; sentimente de furie sau culpabilitate pentru a nu fi făcut totul; depresie. În stadiile inițiale sunt utile *Arnica*, *Aconite*, și *Ignatia* (vezi p. 22, 24 și 30).

86 Depresie

Include o gamă largă de sentimente, de la tristețe la disperare. În cazurile în care există o cauză specifică, cum ar fi problemele hormonale (de exemplu depresia postnatală) sau după o infecție virală, dispare cu timpul. Uneori nu are o cauză specifică și tinde să persiste. În acest caz consultați un medic.

Dedițel ▷

Remediul homeopat preparat din această plantă este Pulsatilla. Este utilizat în tratarea depresiei severe.





AFECȚIUNI DIGESTIVE

87 Indigestie

Acest termen descrie diferite simptome produse de durerile de stomac postprandiale: arsuri, greață, balonări și eructații excesive. Relaxați-vă înaintea mesei, mâncați încet și evitați să mâncați seara.

△ **Condimente**
Alimentele grase și condimentate pot produce indigestie.

AFECȚIUNE	SIMPTOME	REMEDIU
Indigestie cu blocare excesivă	Digestie mai lentă; chiar mâncărurile ușoare produc dureri; cefalee; arsuri gastrice.	<i>Carbo veg.</i> vezi p. 39
Indigestie cu vărsături dureroase	Extenuare; iritabilitate; arsuri; dorința de a mânca gras, acru sau condimentat.	<i>Nux vomica</i> vezi p. 32
Indigestie cu greață și vărsături	Debut la două ore după masă; senzație de presiune sub stern; palpitații; cefalee.	<i>Pulsatilla</i> vezi p. 33

88 Balonare și gaze

Acestea pot fi produse de constipație, tensiune premenstruală, aerofagie, intoleranță la alimente sau anxietate. Anumite

alimente intensifică balonarea și gazele; trebuie să evitați pe cât posibil să mâncați plante leguminoase, ceapă, varză și nuci.

AFECȚIUNE	SIMPTOME	REMEDIU
Balonare după mici cantități de alimente	Defecație imposibilă fără efort; eliminarea gazelor nu produce o ameliorare.	<i>Lycopodium</i> vezi p. 31
Balonare și gaze ameliorate, eructații	Arsuri gastrice și gaze; aversiune față de carne și lapte; apetit pentru sare.	<i>Carbo veg.</i> vezi p. 39



89 Greață și vărsături

Greața și vărsăturile se pot datora unei infecții, migrene, stresului, consumului excesiv de alimente sau alcool, apei sau alimentelor contaminate, afecțiunilor hepatice, tulburărilor hormonale sau afecțiunilor urechii interne. La asocierea cu dureri abdominale, chemați salvarea.



◁ Vărsături

Dacă vărsăturile persistă mai mult de 48 ore și/sau apare sânge în scaun, consultați un medic în cel mult două ore, dacă este posibil.

AFECȚIUNE	SIMPTOME	REMEDIU
Greață permanentă	Greața nu este ameliorată de vărsături; posibil diaree și cefalee; hipersalivație.	<i>Ipecac.</i> <i>vezi p. 30</i> 
Vărsături însoțite de sete	Senzație intensă de sete, urmată de vomitarea băuturii ingerate; arsuri cu vărsături însoțite de durere.	<i>Phos.</i> <i>vezi p. 44</i> 
Greață și vărsături însoțite de plâns	Plâns, depresie, dorința de compasiune; posibil secreții cu mucus la nivelul faringelui.	<i>Pulsatilla</i> <i>vezi p. 33</i> 

90 Diaree și constipație

De obicei constipația este produsă de o dietă cu un conținut prea scăzut de fibre, deși tensiunea nervoasă și sedentarismul pot avea contribuția lor. Diareea este un simptom de gastroenterită, dar este asociată și cu alergiile sau intoleranța la alimente, stresul, efectul advers al anumitor medicamente. Dacă apar hemoragii anale, consultați un medic în 12 ore.



◁ Aloe vera

Aloe, preparat din frunzele de aloe vera, este utilizat pentru tratarea diareei produse de intoleranța la alimente.

AFEȚIUNE	SIMPTOME	REMEDIU
Diaree pe fond nervos	Însoțită de gaze, scaune verzui; dorința de a consuma alimente dulci, sărate și reci.	<i>Argent. nit.</i> <i>vezi p. 36</i> 
Diaree cu iritație perianală	Nevoie urgentă de defecație dimineată; posibil hemoroizi.	<i>Sulf</i> <i>vezi p. 45</i> 
Constipație	Reflexul de defecație nu apare înainte de umplerea rectului; scaunul este acoperit de mucus.	<i>Alumina</i> Consultați homeopatul în legătură cu acest remediu.



91 Tulburări urinare

În homeopatie, afecțiunile urinare sunt privite nu numai ca probleme ale rinichilor și căilor urinare, ci și ca o oglindă a funcțiilor organismului și a dietei. Stresul crește concentrația substanțelor chimice din organism, care apoi trebuie excretate, în timp ce o dietă deficitară afectează întregul metabolism și în special rinichii. Pentru a preveni tulburările urinare, evitați stresul, mâncați rațional, practicați efortul fizic și beți multe lichide pentru a curăța rinichii.

Cistita este produsă de infecția sau inflamația vezicii urinare, cu micțiuni frecvente și dureroase. Fără tratament, cistita poate evolua către o infecție renală severă.

În incontinența de stres urina este eliminată involuntar după tuse, strănut, râs sau în cazul ridicării unor greutăți. Cauza este slăbirea mușchilor pelvisului.



Δ Palmierul pitic

Remediul Sabal preparat din fructele și semințele palmierului pitic se administrează pentru hipertrofia prostatei și inflamația testiculară.

Precauții

- Cistită: dacă apar dureri renale sau sânge în urină consultați un medic. Nu încercați să suprimați nevoia de a urina.
- Prostată: pentru problemele legate de hipertrofia prostatei consultați întotdeauna un medic. Cauza este necunoscută, deși apare frecvent la bărbații peste 45 ani.
- Incontinența de stres: pentru a întări mușchii pelvisului faceți exerciții de contracție și relaxare a acestora.

AFECȚIUNE	SIMPTOME	REMEDIU
Cistită cu senzație permanentă de urinare	Dureri cu caracter de arsură în abdomenul inferior; urină în cantitate mică, cu sânge.	<i>Cantharis</i> vezi p. 19
Cistită cu micțiuni imperioase însoțite de durere	În pofida nevoii frecvente de a urina, se elimină o cantitate mică; senzație de frig; iritabilitate.	<i>Nux vomica</i> vezi p. 32
Cistită cu senzație continuă de arsură	Senzația că o picătură de urină se scurge constant; iritare.	<i>Staphysagra</i> Consultați homeopatul pentru detalii în legătură cu acest remediu.
Hipertrofia prostatei cu senzația continuă de a urina	Micțiuni dificile; posibil secreții uretrale; spasme vezicale sau uretrale.	<i>Sabal</i> vezi mai sus
Incontinență urinară	Pierderi involuntare de urină la creșterea presiunii abdominale, de exemplu după tuse.	<i>Causticum</i> Consultați homeopatul pentru detalii privind acest remediu.





PRIMUL AJUTOR

92 Trusa de prim ajutor

În caz de accidente sau urgențe, remediile homeopatice se pot folosi pentru tratamentul plăgilor minore. Obiectivul este de a ușura durerea, a calma mintea și de a ajuta organismul să se vindece

singur. Folosiți o trusă de prim ajutor homeopatic, cum este cea de mai jos, dar în accidentele severe cereți imediat ajutor calificat. Păstrați trusa la loc întunecat și răcoros și nu o lăsați la îndemâna copiilor.

Remedii pentru primul ajutor ▽

Pentru primul ajutor în afecțiuni acute folosiți un dozaj de 30c, pentru cele mai puțin acute 6c. Aceste doze sunt sigure atât pentru adulți, cât și pentru copii.

Tabletele care trebuie să fie prezente în trusă includ Apis 30c; Bryionia 30c; Cantharis 6c, 30c; Euphrasia 6c; Glonoin. 30c; Hypericum 30c; Ledum 6c; Nux vomica 6c; Phos. 6c; Rhus. Tox. 6c; Ruta grav. 6c; Silicea 6c; Tabacum 6c; și Urtica 6c.

Bandajele și compresele sterile trebuie să facă parte din trusă.



Este esențial să aveți o trusă rezistentă pentru depozitarea medicamentelor. Dacă sunt ținute la loc uscat și întunecos remediile durează mulți ani.

Unele creme și unguente se găsesc pe piață. Trebuie să aveți crema de Arnica, Calendula și unguent cu Urtica.

Tincturile homeopatice sunt asemănătoare celor naturiste și pot fi cumpărate de pe piață. Trebuie să aveți tincturi de Arnica, Calendula, Hypericum, Euphrasia și Pyrethrum.

Arnica este cel mai valoros remediu din trusa de prim ajutor. Este disponibil sub formă de tablete, cremă sau tinctură; calmează nervii și este eficient în inflamații și echimoze.



93 Plăgi și zgârieturi

În cazul plăgilor sângerânde se poate produce o infecție și poate apărea un hematom. Curățați rana cu o soluție de calendula și hypericum. Pansați steril pentru a preveni infecția.



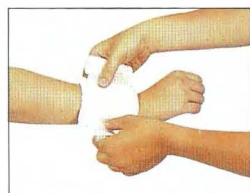
◁ Cremă de arnica

Acest excelent remediu de prim ajutor nu trebuie aplicat niciodată sub formă de cremă pe plăgi.

PLĂGI	REMEDIU	DOZĂ
Rană cu hematom moderat sau sever	<i>Arnica</i> , vezi p. 24	30c la 2 ore, 6 doze, apoi de 3 ori pe zi timp de 6 zile.
Plăgă cu amorteți și senzație de frig	<i>Ledum</i> , vezi p. 31 Comprese reci	30c la 2 ore, 6 doze, apoi de 3 ori pe zi timp de 6 zile.
Plăgă cu dureri intense	<i>Hypericum</i> , vezi p. 29 Pansamentul se păstrează timp de 2-3 zile.	30c la 2 ore timp de 3 zile.

94 Arsuri și opăririi

Arsurile sunt mai frecvente la copii și bătrâni; multe se datorează accidentelor casnice. Arsurile minore sunt dureroase; evitați atingerea zonei mai mult decât este necesar. Spălați rana cu apă rece pentru a răci pielea și a reduce durerea. Aplicați unguent cu urtica pentru arsurile superficiale. Dacă o arsură este mai mare decât palma mâinii, consultați un medic.



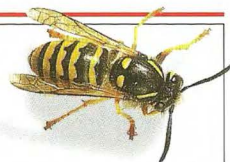
Unguent cu urtica

După aplicarea unguentului, acoperiți rana cu un pansament steril.

ARSURI	REMEDIU	DOZĂ
Arsură cu formare de vezicule; durere	<i>Arnica</i> , vezi p. 24 Apoi: <i>Cantharis</i> , vezi p. 19 Comprese reci	30c la 15 minute, 3 doze, apoi 30c la 15 minute până la 6 doze.
Durere continuă	<i>Urtica</i> , vezi p. 35	6c la fiecare 15 minute, până la 10 doze.

95 Întepături de insecte

Întepăturile de insecte produc durere, tumefacție și uneori infecție. Dacă întepătura este în interiorul gurii, clătiți gura cu apă cu gheață pentru a preveni orice inflamație, și consultați un medic. Dacă apare orice semn de reacție alergică, cereți asistență medicală.

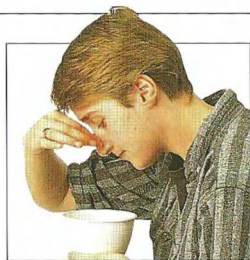


Tratarea întepăturilor △
La început tratați întepăturile cu tinctură de pyrethrum.

ÎNTEPATURĂ	REMEDIU	DOZĂ
Zona este dureroasă, tumefiată și cu vânătăie	<i>Arnica</i> , vezi p. 24 urmat de <i>Ledum</i> , vezi p. 31. Dacă întepătura este în interiorul gurii, clătiți cu apă cu gheață pentru a preveni inflamația și consultați un medic.	30c la fiecare 5 minute, 10 doze, apoi 6c la 8 ore, timp de 3 zile.
Zona este caldă, roșie și dureroasă	<i>Apis</i> vezi p. 18	30c la fiecare 15 minute, până la 6 doze.

96 Hemoragie nazală

Poate apare după un traumatism nazal sau după suflarea violentă a nasului. Pentru oprirea hemoragiei așezați-vă pe un scaun cu capul aplecat înainte, gura deschisă și presăți ferm partea inferioară a nărilor timp de zece minute. Persoana afectată trebuie să respire pe gură. Nărilor trebuie apoi eliberate lent și trebuie evitată atingerea sau suflarea nasului. Dacă hemoragia persistă, cereți asistență medicală.



Stoparea hemoragiei
Plasați pe o masă în fața dumneavoastră un vas, pentru a capta picăturile de sânge.

EPISTAXIS	REMEDIU	DOZĂ
Hemoragie posttraumatică	<i>Arnica</i> vezi p. 24	6c la fiecare 2 minute, până la 10 doze.
Hemoragie după suflarea violentă a nasului	<i>Phos.</i> vezi p. 44	6c la fiecare 2 minute, până la 10 doze.



97 Insolăție

Este produsă de pierderea excesivă de lichide într-un climat cald și umed; interferează cu controlul circulației sângelui către creier și inimă. Simptomele includ puseuri bruște de căldură, datorită creșterii fluxului sanguin cerebral.

Persoana suferindă trebuie așezată culcat într-un loc răcoros. Administrați frecvent apă sărată. Pentru a prepara soluția de sare dizolvați 5 ml (o linguriță) de sare la 1 litru de apă.



△ Rădăcină de Bryonia

Rădăcina proaspătă de Bryonia este pisată pentru a prepara remediul homeopatic.

INSOLĂȚIE	REMEDIU	DOZA
Cefalee severă, agravată de mișcări; greață	<i>Bryonia</i> , vezi p. 25 Simptomele sunt ameliorate de repaos.	30c la fiecare 5 minute, până la 10 doze.
Cefalee pulsatilă, căldură la nivelul feței, transpirație	<i>Glonoin</i> . Pentru mai multe detalii, consultați un homeopat.	30c la fiecare 5 minute, până la 10 doze.



98 Rău de călătorie

Răul de călătorie apare când mecanismul echilibrului, controlat de urechea internă, este perturbat de mișcarea unei mașini, bărci, tren sau avion. Copiii sunt în mod special sensibili.

Simptomele debutează brusc și pot include hiper-salivație, durere, senzație de frig cu transpirație, anxietate și vertij. Sunt agravate de cea mai mică mișcare și se ameliorează la oprirea acesteia. Remediile homeopatice pot fi luate cu o oră înainte de începerea unei deplasări, pentru a preveni instalarea răului de călătorie.



Tutun △

Remediul Tabacum este preparat din frunzele de tutun.

RĂU DE CĂLĂTORIE	REMEDIU	DOZĂ
Greață, amețeală, leșin, transpirație	<i>Tabacum</i> , vezi mai sus	6c la fiecare 15 minute, 10 doze.
Greață, senzație de frig, cefalee	<i>Nux vomica</i> vezi p. 32	6c la fiecare 15 minute, 10 doze.



99 Întinderi și entorse

Suprasolicitarea ligamentelor (fibrelor care consolidează articulațiile) produce entorse. Întinderile, produse de asemenea de suprasolicitare, afectează mușchii. Ambele se tratează cu zece doze de *Arnica*, urmată de *Ruta grav.* pentru entorse și *Rhus tox.* pentru întinderi. În ambele cazuri, simptomele includ tumefacție și durere când articulația sau mușchiul sunt solicitați.



1 ▷ Adăugați 10 picături de tinctură de arnica la un vas de apă rece în care înmuiați și stoarceți compresa pe care o aplicați. Mențineți articulația sau mușchiul lezat într-o poziție cât mai confortabilă.



2 Δ Aplicați compresa rece cu arnica pe zona afectată pentru a reduce tumefacția. În cazul unei entorse a gleznei, aplicați crema de arnica și un bandaj strâns. Dacă durerea și tumefacția nu sunt ameliorate de tratamentul homeopatic, consultați un medic.

100 Vezicule

Veziculele sunt bule de lichid care se formează sub piele. Pot fi produse de frecare sau arsuri. Dacă o veziculă se sparge, spălați-o cu o soluție de calendula și hypericum, preparată prin adăugarea a câte 10 picături de tinctură de *Calendula* și *Hypericum* la 1,25 litri de apă fiartă și răcită.

▪ Pentru veziculele dureroase și însoțite de mâncărimi aplicați o compresă rece pe zona afectată și luați 6c *Cantharis* de patru ori pe zi până la dispariția durerii.

▪ Dacă vezicula este însoțită de mâncărime, este extrem de roșie și tumefiată, luați 6c *Rhus tox.* de patru ori pe zi până când durerea cedează.

101 Răni produse de așchii

O bucată de lemn, piatră sau metal cu margini ascuțite care penetrează tegumentul poate produce o infecție. Inițial, îndepărtați așchia cu o pensă în prealabil sterilizată. Durerea va fi îndepărtată de o compresă caldă, care poate ajuta de asemenea și la extragerea așchii din profunzime. Luați o doză de 6c de *Silicea* de patru ori pe zi timp de 14 zile.



Pudră de silicea



INDEX

A

Aconite, p. 22
afecțiuni, p. 48 - 55
afecțiuni articulare, p. 49, 69
afecțiuni cutanate, p. 54
afecțiuni ginecologice, p. 55
afecțiuni ale gurii, p. 51
afecțiuni laringo-faringiene, p. 59
afecțiuni musculare, p. 48, 69
afecțiuni oculare, p. 52
afecțiuni urinare, p. 64
albine, p. 18
alergii, p. 53
Allium, p. 13, 23
alopecie, p. 53
alunul vrăjitoarei, p. 29
anxietate, p. 60
Apis, p. 11, 18
Argent nit., p. 14, 36
Arnica, p. 24
Arsen alb., 11, 14, 37
arsuri, 19, 66
astenie, p. 61
așchii, p. 69
aur, p. 37
Aurum met., 37

B

Belladonna, 9, 25
balonare, p. 62
bicromat de potasiu, p. 42
bobul Sf. Ignatius, p. 30
Bryonia, p. 25

C

Calc. carb., p. 14, 38
Calc. phos., p. 39
Cantharis, p. 19
Carbo veg., p. 39
catar, p. 57
cărbune, p. 39
ceapă, p. 23
cedru alb, p. 35
China, p. 26
Chinină, p. 26
Cimic., p. 26
cohosh negru, p. 26
Colocynthis, p. 27
constipație, p. 63
cristal de stîncă, p. 44
cupru, p. 40
Cuprum met., p. 40

D

dedițel, p. 33
depresie, p. 61
diaree, p. 63
dietă, p. 16
diluții, p. 9, 13
Drosera, p. 27
durere:
- cefalee, p. 50
- articulare și osoase, p. 49
- musculare, p. 48
dureri de dinți, p. 51

E

Euphrasia, p. 28
efort fizic, p. 16

F

factori de mediu, p. 17
febra de fân, p. 23, 53
Ferrum phos., p. 40
fier, p. 40
forța vitală, p. 10
fosfat de potasiu, p. 42
fosfat de calciu, p. 39
fosfor, p. 44
furie, p. 60

G

gaze, p. 62
Gelsemium, p. 28
greață, p. 63
gripă, p. 56
Grafit, p. 15, 41

H

Hahnemann, Samuel, p. 9, 10
Hamamelis, p. 29
Hepar sulph., p. 41
hemoragie, p. 66, 67
hemoragie nazală, p. 67
homeopați, p. 11
Hypericum, p. 29

I

iarba Sf. Ioan, 11, 29
iasomia galbenă, p. 28
iedera, p. 34
Ignatia, p. 15, 30
indigestie, p. 62
insolație, p. 68
insecte, înțepături de, p. 67

insomnie, p. 61

Ipecac., p. 30

ipeca, p. 30

K

Kali bich., p. 42

Kali phos., p. 42

L

Lachesis, p. 15, 20

lactoză, tablete, p. 12

Ledum, p. 31

Lycopodium, p. 15, 31

Lytta vesicatoria, p. 19

M

mahmureală, p. 50

măr amar, 27

medicină alopată, p. 9

Merc. sol., p. 15, 43

mercur, p. 43

migrenă, p. 50

muscă spaniolă, p. 19

N

Natrum mur., p. 15, 43

Nitrat de argint, p. 36

Nux vomica, p. 15, 32

O

omag, p. 22

opăririi, p. 66

otalgii, p. 51

P

păianjenul lup, p. 21

pedicuța, p. 31

personalitate, tipuri

homeopatie, p. 9, 14-15

Phos., p. 15, 44

plăgi și zgârieturi, p. 66

prim ajutor, p. 65-9

probleme emoționale, p. 60-1

Pulsatilla, p. 15, 33

R

răceli, p. 56

rău de călătorie, p. 68

remedii:

- animale, p. 18 - 21

- preparare, p. 12-13

- minerale, p. 36-45

- potența, p. 9, 13

- surse, p. 11

- depozitare, p. 47

- utilizare, p. 46-7

- vegetale, p. 22 - 35

remediu de urgență, p. 10

Remediul Bach, p. 10

Rhus tox., p. 34

roua cerului, p. 27

rozmarin, p. 31

Rhuta grav., p. 34

S

scala centezimală, p. 13

scala zecimală, p. 13

sare gemă, p. 43

sepie, p. 21

Silicea, p. 15, 44

sinuzită, p. 57

somn, p. 17, 61

stres, p. 17, 60

sucusiune, p. 9

Sulf, p. 15, 45

Sulfat de calciu, p. 41

Ș

șoc, p. 61

T

Tarantula, p. 21

Thuja, p. 35

tinctură mamă, p. 12 - 13

tulburări digestive, 62-64

tuse, p. 58

U

Urtica, p. 35

V

vărsături, p. 63

vezicule, p. 69

vipera, p. 20

virant, p. 34



CĂRȚI APĂRUTE LA VOX

În colecția

101 INFORMAȚII ESENȚIALE

au mai apărut:

- ✿ PLANTE DE APARTAMENT
- ✿ PĂSĂRI DE COMPANIE
- ✿ PEȘTI DE ACVARIU
- ✿ REMEDII CU PLANTE MEDICINALE
- ✿ BONSAI
- ✿ INTERNETUL



101 INFORMAȚII ESENȚIALE



HOMEOPATIA



Cunoștințe de bază din numeroase domenii,
grupate în format de buzunar, se află acum
la dispoziția dumneavoastră prin seria
101 INFORMAȚII ESENȚIALE



Răspunsuri rapide la toate întrebările

Sfaturi avizate ale experților



Informații cheie despre homeopatie
și folosirea remediilor homeopatice
în 101 sfaturi ușor de înțeles
și de pus în practică



A DORLING KINDERSLEY BOOK



ISB  Alexandria® 6
33000000
11691
LIBRĂRII

 Alexandria®
Lei 17.00
LIBRĂRII